

ธรรมะสำหรับ
ชาว 'แสวงหา' (จ. อ่างทอง) ?!?!?

พระกรภพ กิตติปญฺโญ

ธรรมะสำหรับชาว 'แสวงหา' (จ. อ่างทอง) ?!?!? พระกรภพ กิตติปญฺโญ

ธรรมะสำหรับ

ชาว ‘แสวงหา’ (จังหวัดอ่างทอง) ?!?!?

พระกรภพ กิตฺติปญฺโญ

ธรรมะสำหรับชาว 'แสวงหา' (จังหวัดอ่างทอง) ?!?!?

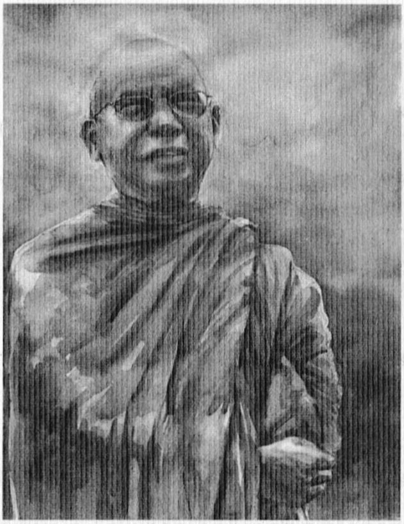
พิมพ์ครั้งแรก	กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๐
พิมพ์ครั้ง ๒	มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๐
พิมพ์ครั้ง ๓	มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๑

ภาพปกหน้าและหลัง "ก่อนจะผุพัง" คุณเปรมศิริ เทพหัสดินฯ เบรดี้

พิมพ์ที่ **หจก. ไอเดีย กรุ๊ป ปริ้นท์ติ้ง แอนด์ แอดเวอร์ไทซิ่ง**

๓๐๐/๒๕๓ หมู่ ๑๐ หมู่บ้านแกรนด์วิว ต.แม่เหียะ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ ๕๐๑๐๐

โทร. ๐๘๙-๒๖๔๖๙๔๒



พระกรภพ กิตฺติปญฺโญ

การศึกษา ประถมและมัธยมต้น อัสสัมชัญ บางรัก
มัธยมปลาย เตรียมอุดมศึกษา พญาไท
ปริญญาตรีบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปริญญาโทรัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัย Santo Tomas

งานทางโลก ทำงานธนาคารอยู่ประมาณปีเศษ จึงไปสมัครเข้ารับราชการตำรวจตั้งแต่ปี ๒๕๐๗ - ๒๕๒๐ จากนั้นโอนมารับราชการสำนักงานป.ป.ส. ในตำแหน่งผู้อำนวยการกองปราบปรามยาเสพติด เพื่อก่อตั้งกองปราบปรามยาเสพติดขึ้นในสำนักงาน ป.ป.ส.

ปี ๒๕๒๕ - ๒๕๒๘ ดำรงตำแหน่งเจ้าหน้าที่ประสานงานยาเสพติด ประจำสำนักงานเลขาธิการอาเซียน (คนแรก) ณ กรุงจาการ์ต้า อินโดนีเซีย ตามมติคณะกรรมการด้านสังคมของอาเซียน

๒๕๒๙ ลาออกจากราชการ ไปทำธุรกิจส่วนตัวที่สหรัฐอเมริกา

๒๕๔๕ กลับมาเมืองไทย ทำธุรกิจอสังหาริมทรัพย์ โครงการบ้านและที่ดินจัดสรร "ภูปลายฟ้า" จังหวัดเชียงราย จนถึงปี ๒๕๕๒ จึงได้วางมือจากงานทางโลก ด้วยการยกกิจการให้ลูก แล้วเข้าไปถือศีลปฏิบัติธรรมอยู่ในพระธาตุศรีจอมจันทร์ ซึ่งมีอาณาเขตติดกับภูปลายฟ้า

งานทางธรรม ตั้งแต่ปี ๒๕๕๒ - ๒๕๕๔ จัดโครงการ "อาบน้ำจิต" ต่อเนื่องให้กับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดพะเยา และเรือนจำอำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย

ปี ๒๕๕๖ จัดโครงการอาบน้ำจิตเป็นเวลา ๓ สัปดาห์ให้กับผู้ต้องขังเรือนจำกลางสุรินทร์

ปี ๒๕๕๗ จัดโครงการอาบน้ำจิต เป็นเวลา ๓ สัปดาห์ให้กับผู้ต้องขังเรือนจำกลางอุบลราชธานี

ปี ๒๕๕๘ จัดโครงการอาบน้ำจิต เป็นเวลา ๓ สัปดาห์ให้กับผู้ต้องขังเรือนจำกลางนครสวรรค์

ปี ๒๕๖๑ จัดโครงการพัฒนาจิตวิญญาณเพื่อปลูกฝังจรรยาบรรณของเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ให้แก่ เจ้าหน้าที่เรือนจำกลางสมุทรปราการ ๓ รุ่น เริ่ม มิถุนายน ๒๕๖๑

จัดคอร์สปฏิบัติธรรมแนวปัญญาสัมมาทิฏฐิของหลวงพ่อทูล ขิปฺปปญฺโญ ทั้งที่ขิปปปัญญานุสรณ์สถานธรรมภูปลายฟ้า เชียงราย และนอกสถานที่ตั้งแต่ปลายปี ๒๕๕๔ เรื่อยมา

เขียนหนังสือธรรมะหลายเรื่อง มีทั้งที่สำนักพิมพ์อมรินทร์ธรรมะนำไปจัดพิมพ์จำหน่ายและที่ญาติธรรมร่วมจัดพิมพ์เพื่อแจกจ่าย

บรรพชาอุปสมบทเมื่อวันที่ ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๕๕
ได้รับฉายาว่า กิตฺติปญฺโญ

เล่าสู่กันฟัง

ผู้เขียนเกิดเมื่อปี ๒๔๘๔ ที่โรงพยาบาลเสนารักษ์ (พระมงกุฎในปัจจุบัน) พ่อแม่ ปู่ยา ตายาย ก็เกิดและตายที่กรุงเทพฯ ดังนั้นจึงนับได้ว่าผู้เขียนเป็นคนกรุงเทพฯอย่างไม่มีข้อสงสัยประการใด ในสูติบัตรระบุว่านับถือศาสนาพุทธ และที่ผ่านมาในชีวิต ก็เคยใส่บาตรบ้าง โดยเฉพาะวันสำคัญๆในชีวิตหรือทางศาสนา ทำบุญบ้าง เมื่อมีโอกาสได้รับแจกซองผ้าป่า ซองกฐิน จากญาติสนิทมิตรสหาย ช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสหรือผู้ที่เดือดร้อนแล้วบากหน้ามาขอความช่วยเหลือ ซึ่งก็น่าจะนับได้ว่าผู้เขียนเป็นชาวพุทธ เป็นคนดีคนหนึ่งในสังคมแล้วมิใช่หรือ

นอกจากนี้ ตั้งแต่จำความได้ก็ตั้งอกตั้งใจเรียนหนังสือให้เก่งๆ เรียนให้สูงๆ เพื่อจะได้ "**เป็นเจ้าคนนายคน**" ตามที่ได้รับการ "**ปลูกฝัง**" มา ซึ่งก็สมปรารถนา เพราะในสมัยผู้เขียนนั้น แค่จบปริญญาตรี มาทำงานก็ได้เป็น "**เจ้าคนนายคน**" แล้ว แต่ผู้เขียนยัง

อุตส่าห์ **“ใฝ่ดี”** เรียนต่อขั้นปริญญาโทอีก ขนาดนี้แล้วยังไม่เรียกว่าเป็นคนดีอีกเหรอ ??

แต่.....อนิจจา ผู้เขียนไม่เคยมีความคิดอยู่ในสมองเลยว่า เมื่อเราเกิดมาเป็นคน *(แถมระบุในสูติบัตรว่านับถือศาสนาพุทธด้วย)* จำเป็นจะต้องศึกษาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ดังนั้นผู้เขียนจึงห่างวัดเป็นอย่างยิ่ง เพราะคิดด้วยความทะนงตนว่า เราเป็นคนดีอยู่แล้ว สมัยเรียนหนังสือก็ประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเรียน การเล่นกีฬา (ยังจำเพลงสมัยเรียนอยู่เตรียมอุดมศึกษาได้ว่า “เรียนเราเด่น เล่นเราดี กีฬาเลิศ” ซึ่งผู้เขียนก็ทำได้สัมฤทธิ์ผลทั้งในขณะที่เรียนอยู่โรงเรียนเตรียมฯ และที่จุฬาฯ) แถมในชีวิตการงานก็ประสบความสำเร็จอย่างที่คนส่วนใหญ่มองด้วยความชื่นชม *(ปนอิจฉา ??)* แล้วมีความจำเป็นอะไรที่จะต้องศึกษาปฏิบัติธรรมเล่า เพราะผู้เขียนไม่ได้มี **“ความทุกข์”** อะไรนี่ เคยแอบได้ยินได้ฟังว่า พระพุทธองค์ตรัสว่า **“ผู้ใดเห็นทุกข์ ผู้นั้นเห็นธรรม”** จึงคิดว่าเมื่อเราไม่มีทุกข์อะไร ก็ไม่เห็นต้องสนใจธรรมะเลย

จนเมื่อมีอายุได้ ๓๘ ปี จึงได้ประสบกับ **“ความทุกข์”** อย่างแสนสาหัสเป็นครั้งแรกในชีวิต แต่แทนที่จะนึกถึงคำของพระพุทธองค์ข้างต้น กลับมีแต่คำถามว่า **“ทำไมๆ ทำไมถึงต้องเป็นเรา”** ตั้งแต่จำความได้ ผู้เขียนไม่เคยไปทำอะไรที่ชั่วช้า ไม่เคยคดโกงใคร

รับราชการด้วยความซื่อสัตย์สุจริต จนเป็นที่ยอมรับในวงการ แล้วทำไมๆๆๆๆๆ ช่วงจังหวะนั้นเอง ที่มีกัลยาณมิตรชักชวนให้ "**เข้าวัด**" เพื่อให้จิตใจสงบและมีกำลังใจที่จะลุกขึ้นมาต่อสู้กับปัญหาต่างๆ

ปี ๒๕๒๒ จึงเป็นปีที่ผู้เขียนเริ่มย้ายสำมะโนครัวมาเป็น "**ชาวอ่างทอง**" วัดที่ผู้เขียนเข้าไปเป็นวัดแรกในชีวิต ก็สอนให้สวดมนต์ นั่งสมาธิ โดยบอกว่า ให้นั่งสมาธิให้จิตสงบ แล้วจะเกิดความสุขอย่างหาที่เปรียบไม่ได้ แต่ผู้เขียนก็ไม่สามารถทำให้จิตสงบได้ แทนที่จิตจะไปผูกอยู่กับคำ "**บริกรรม**" มันก็คิดไปเรื่อย (*แถมรู้สึกว่าจะคิดมากกว่าตอนไม่ได้นั่งสมาธิเสียอีก)* อย่างไรก็ตาม ผู้เขียนเริ่มเป็นชาวอ่างทองเต็มตัวขึ้นด้วยการ "**แสวงหา**" หนังสือธรรมะมาอ่าน แต่แทบทุกเล่ม ก็จะสอนว่า ให้นั่งสมาธิไปจนจิตสงบ แล้วจึงยกจิตขึ้นเจริญวิปัสสนา คือพิจารณาเกิด แก่ เจ็บ ตาย พิจารณาธาตุ ๔ ขันธ์ ๕ พิจารณาไตรลักษณ์ ซึ่งผู้เขียนอ่านแล้ว "**เข้าใจ**" ทุกตัวอักษร แต่ "**ทำไม่ได้**" สักอย่างเดียว

ผู้เขียนก็ไม่ได้ย่อท้อแต่ประการใด ยังคงอยู่อำเภอแสวงหา จังหวัดอ่างทองต่อไป หาหนังสือ หาเทป (สมัยนั้นยังไม่มีซีดี) มาอ่าน มาฟัง เจอพระสงฆ์องค์เจ้าที่ไหน ก็เอ่ยปากขอให้ท่านสอนให้ทำสมาธิเพื่อจะให้จิตสงบ เพื่อจะได้มีโอกาสเจริญวิปัสสนากับเขาบ้าง แต่ไม่ว่าจะเป็นช่วงที่อยู่ในเมืองไทย หรือช่วงที่ลาออกจากราชการ

แล้วไปใช้ชีวิตในอเมริกา ช่วงปี ๒๕๒๙ – ๒๕๔๒ (*ที่นั่นก็พยายามพอสมควรที่จะให้พระสอนสมาธิให้*) แม้จนกระทั่งเมื่อกลับมาใช้ชีวิตที่เมืองไทยอีกครั้ง มีโอกาสได้พบพระสงฆ์ที่ดูน่าศรัทธาเมื่อไรก็จะขอให้ท่านสอนนั่งสมาธิ เดินจงกรมให้ แต่ตั้งแต่ปี ๒๕๒๒ จวบจน ๒๕๕๓ ก็ยังคงความเป็นชาวอ่างทองอยู่อย่างมั่นคง จนคิดว่าชาตินี้คงจะหมดหวังแล้ว เพราะเวลาล่วงเลยมาจนอายุ ๖๙ ปีแล้ว

แต่บุญบารมีเก่าคงจะพอมีอยู่บ้าง เมื่อสิงหาคม ๒๕๕๓ ได้มีโอกาสอ่านหนังสือของหลวงพ่อทูล ขิปฺปปญฺโญ เป็นครั้งแรกในชีวิต ซึ่งก็นับเป็นบุญกุศลมหาศาลที่ทำให้ผู้เขียนย้ายสำมะโนครัวมาอยู่อำเภอพบพระ จังหวัดตาก นับแต่บัดนั้นเป็นต้นมาและได้เข้าสู่ร่มผ้ากาสาวพัสตร์เมื่อปี ๒๕๕๕ สมปรารถนาที่เคยตั้งใจไว้ตั้งแต่เริ่มศึกษาธรรมะเมื่อปี ๒๕๒๒ ว่า เมื่อไรที่ได้ “**เข้าใจและเข้าถึงพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง ก็จะขอตายในผ้าเหลือง**”

ตั้งแต่ปี ๒๕๕๒ (*ทั้ง ๆ ที่ยังเป็นชาวอ่างทอง*) ผู้เขียนได้มีโอกาสสนทนาธรรมกับผู้ใฝ่ในธรรมทั้งหลายทั้งที่ “**ติดคุกจริง**” และ “**ติดคุกใจ**” พบว่ากว่า ๙๐ % ล้วนเป็นชาวอ่างทองทั้งสิ้น **(ซึ่งก็ไม่ใช่เรื่องแปลกประหลาดอะไร เพราะตัวผู้เขียนเองก็เคยเป็น ฮา)** และจากการสนทนาแลกเปลี่ยนข้อธรรมกับญาติธรรมทั้งหลาย

ไม่ว่าจะเป็นทางจดหมาย อีเมล ไลน์ รวมทั้งการพบปะเป็นส่วนบุคคล ตลอดจนการจัดเป็นคอร์ส ผู้เขียนได้เห็นถึงความหลากหลายของผู้คนเหล่านั้น ไม่ว่าจะเป็นเพราะถูกพ่อ แม่ หรือผู้บังคับบัญชาบังคับให้มาเข้าคอร์ส หรือมาเองเพราะถูกความทุกข์บีบคั้น ตลอดจนผู้ที่ฝักใฝ่ในธรรมอย่างจริงจัง แต่ก็ดังที่กล่าวข้างต้นว่า กว่าร้อยละ ๙๐ ของผู้ใฝ่ในธรรมล้วนแต่เป็นชาวอ่างทอง เที่ยวแสวงหาไปแทบจะทุกสำนัก ผลที่ได้รับก็เพียงความสุข ความสงบเล็ก ๆ น้อย ๆ พอมาปลอบใจ แต่ก็ไม่เคยที่จะมีโอกาสได้ย้ายมาเป็นชาวจังหวัดตากกับเขาเสียที

บางรายยิ่งน่าสงสาร เพราะ **"ลงทุนทุ่มสุดตัว"** แต่ **"ผลตอบแทน"** เรียกได้ว่า **"ไม่คุ้มค่า"** เลย เปรียบกับการทำการค้าก็เหมือนกับว่า ลงทุนนับ ๑๐ ล้านบาท แต่ผลประกอบการให้กำไรเพียงเดือนละ ๑ หมื่นบาทเท่านั้นเอง แต่ก็ยังทน **"ทำกิจการ"** นั้นเรื่อยมา เพราะ **"หวังว่า"** วันหนึ่งคงมีกำไรเป็นแสน ๆ บาทต่อเดือน ซึ่งผู้เขียนก็ได้แต่บอกความจริงให้ท่านเหล่านั้นทราบว่า **"เอาภูเขาใส่ครก"** ยังน่าจะมีความหวังมากกว่าที่การปฏิบัติธรรมของท่านจะก้าวหน้าสมความปรารถนา เพราะแนวทางที่ท่านปฏิบัตินั้นนอกจากจะไม่ตรงกับจริตของท่านแล้ว (*สำหรับผู้ที่เป็นปัญญาวิมุตติ*) อาจไม่ได้นำเอาข้อธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้ามา

ปฏิบัติด้วยซ้ำไป เหมือนดังที่หลวงพ่อทูลได้เขียนไว้ในหนังสือของท่านว่า “**มีนักปฏิบัติหลายท่านพูดว่า จะภาวนาปฏิบัติตามแนวทางของพระพุทธเจ้า เมื่อภาวนาเอาจริงเมื่อไร จะเป็นไปในความสงบแบบฤาษีกันทั้งนั้น แต่ก็ยังตั้งความหวังไว้ว่า ปัญญาจะเกิดขึ้นจากความสงบนี้**”

ผู้เขียนจึงเกิดแรงบันดาลใจว่า น่าที่จะเขียนหนังสือขึ้นมาอีกสักเล่มหนึ่ง เพื่อเพื่อนร่วมอำเภอ ร่วมจังหวัดที่ผู้เขียนเคยพำนักอยู่ถึง ๓๑ ปี ได้อ่าน แล้วอาจใช้เป็นแนวทาง เป็นข้อพิจารณาไตร่ตรองว่า ที่ท่านกำลังปฏิบัติอยู่อย่าง ขะมักเขม้นนั้น จะมีหนทางที่จะทำให้ท่านได้ย้ายสำมะโนครัวมาอยู่จังหวัดตากกับเขาได้ทันในชาตินี้หรือไม่

การปฏิบัติธรรมนั้น เราจะต้องทราบว่า สิ่งที่เรากำลังปฏิบัติอยู่นั้น เป็นข้อธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าจริงหรือไม่ หรือแม้จะเป็นจริง คำถามต่อไปก็คือ แนวทางปฏิบัตินั้น ถูกตรงกับจริตของเราหรือเปล่า และยิ่งไปกว่านั้นก็ต้องหยั่งกำลังดูว่า ข้อธรรมที่กำลังปฏิบัตินั้นพอดีกับระดับจิตของเราหรือไม่ เพราะหากต่ำเกินไปประโยชน์ที่ได้รับก็น้อย แต่ถ้าสูงเกินไปจิตเราก็รับไม่ไหว ก็เปล่าประโยชน์เช่นกัน

ถ้าสามารถตอบโจทย์ทั้งสามข้อนี้ได้ การจะย้ายมาอยู่อำเภอพบพระ จังหวัดตาก ก็ง่ายเหมือนปอกกล้วยเข้าปาก แต่หากอ่านหนังสือเล่มนี้จบแล้วไม่รู้สึก **"โดน"** จัง ๆ แบบที่ผู้เขียนโดนจากการอ่านหนังสือของหลวงพ่อทูล ก็คงบอกได้เพียงว่า **จบข่าว**........

พระกรภพ กิตฺติปญฺโญ

kornpob@gmail.com

เพจ "หลวงตาพาเจาะโลกทะลุธรรม"

เพจ "พระกรภพ กิตฺติปญฺโญ"

๖ มกราคม ๒๕๖๐

สารบัญ

แยกประเภทชาวพุทธ

เพื่อให้สมกับที่จบบัญชีมา ผู้เขียนจึงจะขอแยกประเภทชาวพุทธ (เฉพาะในเมืองไทย) จากประสบการณ์ของผู้เขียน โดยเอาตัวเองเป็นอุทาหรณ์ ว่าน่าจะแยกได้เป็น ๕ ประเภทใหญ่ ๆ ด้วยกันดังนี้

๑. เป็นชาวพุทธในทะเบียน **(อย่างแท้จริง)** เพราะไม่เคยสนใจคำสอนของพระพุทธองค์แต่อย่างใด ใช้ชีวิตไปวัน ๆ กับการทำมาหากิน (*นาน ๆ อาจมีการทำบุญทำทานบ้าง เมื่อมีคนมาแจกซองกฐินหรือผ้าป่าแล้วปฏิเสธไม่ได้*) พวกนี้เป็นฐานใหญ่พอสมควรสำหรับสำนักงานสถิติแห่งชาติ เพื่อจะได้เก็บตัวเลขว่า คนไทยที่นับถือศาสนาพุทธเป็นกี่เปอร์เซ็นต์ของประชากรไทย

๒. เป็นชาวพุทธในทะเบียน และเข้าวัดบ่อยถึงบ่อยมาก ส่วนใหญ่น่าจะเข้าไปเพื่อดูหมอ ขอบูชาพระเครื่องหรือเครื่องรางของขลัง รดน้ำมนต์สะเดาะเคราะห์ หรือทำอะไรก็ตามแต่

วัดหรือสำนักนั้น ๆ จะมี **"จุดขาย"** อะไร แต่ไม่ได้เข้าไปเพื่อศึกษาปฏิบัติธรรมอย่างแน่นอน พวกนี้ **"ทีมเศรษฐกิจ"** ของรัฐบาลทุกรัฐบาลจะนิยมชมชอบมาก เพราะทำให้มีการกระจายรายได้ทั่วประเทศอย่างทั่วถึง โดยที่รัฐบาลไม่ต้อง **"อัดฉีด"** งบประมาณแต่อย่างใด

๓. เป็นชาวพุทธในทะเบียน และชอบทำบุญ (*เป็นชีวิตจิตใจ*) อาจชอบสวดมนต์ แต่ไม่ถึงขั้นนั่งสมาธิ เดินจงกรม เป็นเรื่องเป็นราวนัก พวกนี้ ทางสำนักพุทธฯ (พศ.) น่าจะเก็บข้อมูลไว้ให้ดี เพราะเป็นฐานกำลังอย่างดีที่จะสนับสนุนการจัดกิจกรรมทางศาสนาทุก ๆ ครั้ง

๔. เป็นชาวพุทธ ที่ใฝ่ในธรรม เป็นเพราะได้สร้างบารมีธรรมมาจากชาติก่อน ๆ มาชาตินี้จึงมีจิตใจที่อยากปฏิบัติธรรมสำนักไหนที่ว่าดี ก็จะหาเวลา หาหนทางไปปฏิบัติให้ได้ลงทุน**"ลางาน"** หรือ **"ปิดร้าน"** ไป กี่วันก็ **"บ่ยั่น"** บางรายไปมาหมดแทบจะทั่วประเทศ พวกนี้แหละที่เป็น **"แรงบันดาลใจ"** ให้ผู้เขียนได้เขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นมา เพราะเป็นพวกหัวอกเดียวกันกับผู้เขียน คือเป็นชาวอ่างทองด้วยกัน (*เพียงแต่ผู้เขียนยังไม่เคยลงทุนมากขนาดนั้น จึงเขียนถึงด้วยความคารวะยิ่ง*)

๕. เป็นชาวพุทธ ที่ได้ย้ายสำมะโนครัวมาอยู่ที่อำเภอพบพระ จังหวัดตากเรียบร้อยแล้ว (*พวกนี้ จึงไม่เกี่ยว และไม่จำเป็นที่จะต้องมาอ่านหนังสือเล่มนี้แต่อย่างใด*)

พวกที่คงไม่อ่าน

พวกแรก นั้น ผู้เขียนไม่คิดว่า ท่านจะสนใจอ่านข้อเขียนนี้ เพราะอ่านไปก็คงไม่เกิดประโยชน์กับท่านแต่อย่างใด พวกนี้เป็นพวกเดียวกับผู้เขียนในช่วงปี ๒๔๘๔ - ๒๕๒๒ เพราะไม่เคยมีความคิดอยู่ในสมองเลยว่า เราจำเป็นจะต้องศึกษาปฏิบัติธรรม หนังสือธรรมะ เป็นหนังสือเล่มสุดท้ายที่จะชายตามอง อย่าว่าแต่จะอ่านเลย แต่ก็ไม่แน่นัก *(ถ้าใช้ประสบการณ์ชีวิตของผู้เขียนเป็นอุทาหรณ์)* **"บัวกลุ่มนี้"** อาจหยิบข้อเขียนนี้ขึ้นมาอ่านก็เป็นได้ หากวันที่ **"เห็นโลงศพ และหลั่งน้ำตา"** ตรงกับวันที่เห็นหนังสือเล่มนี้ เหมือนที่วันนั้นมาถึงผู้เขียนเมื่อปี ๒๕๒๒

สำหรับ **พวกที่ ๒** นั้น ผู้เขียนไม่ขอออกความเห็นใด ๆ ทั้งสิ้น เพราะสิ่งที่กล่าวถึงในข้อเขียนนี้น่าจะ **"ไม่ตรงกับจริต"** ของ **"บัวกลุ่มนี้"** แม้แต่น้อย แม้ท่านจะเห็นโลงศพ หรือหลั่งน้ำตาจนเป็นสายเลือด ท่านก็คงจะไม่ใส่ใจในการปฏิบัติธรรมแต่ประการใด เนื่องจากท่านเหล่านี้มีสิ่ง **"ยึดเหนี่ยว"** ตามแรง **"ศรัทธา"** ของ

ท่านอยู่แล้ว จึงขอให้เป็นเรื่อง “**ทางใคร ทางมัน**” ละกัน

พวกที่ ๕ ดังที่ได้กล่าวไว้แล้วในบทก่อนว่า เมื่อท่านเป็นชุมชนอำเภอพบพระ จังหวัดตาก คือท่านได้พบ **“พระธรรมคำสอนอันเป็นแก่นแท้ของศาสนา”** และท่านนำคำสอนนั้นๆมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันของท่านด้วยดีอยู่แล้ว จึงไม่จำเป็นต้องอ่านหนังสือเล่มนี้แต่ประการใด เพราะเนื้อหาสาระของหนังสือเล่มนี้ จะมุ่งให้ข้อคิดและแนวทางสำหรับชุมชนอำเภอแสวงหา จังหวัดอ่างทองเท่านั้น หรืออาจจะเผื่อแผ่ไปถึง**ชาวอุตรดิตถ์ ชุมชนอำเภอลับแล** ที่วนเวียนหาทางออกไม่เจอด้วยก็คงไม่ผิดกติกาแต่อย่างใด

เพื่อชาวอ่างทอง
โดย (อดีต) ชาวอ่างทอง

พวกที่ ๓ นี้ นับได้ว่าเป็น **"เพื่อนคู่คิด มิตรคู่ใจ"** กับผู้เขียนในสมัยตั้งแต่ปี ๒๕๒๒ เป็นต้นมาเลยทีเดียว เนื่องจาก เมื่อ **"เห็นโลงศพ"** และได้ตัดสินใจที่จะเริ่มศึกษาปฏิบัติธรรม ก็ได้มีโอกาส **"เข้าวัด"** อย่างจริงจังเป็นครั้งแรกในชีวิต และก็ได้รับการปลูกฝังให้ **"นั่งสมาธิ"** เพื่อจะได้มีปัจจุบัน (*ชาตินี้*) ที่มีความสุขอย่างหาที่เปรียบมิได้ นอกจากนี้ก็ให้ **"ทำบุญ"** มาก ๆ เพื่อที่จะมีอนาคต (*ชาติหน้า*) ที่สดใสซาบซ่า

เนื่องจากผู้เขียนไม่สามารถนั่งสมาธิให้จิตสงบ จนพบกับความสุขอย่างที่ว่าได้ แถมกลับรู้สึกว่า ยิ่งพยายามจะให้จิตนิ่ง ว่าง ไม่คิด มันกลับยิ่งคิดมากกว่าตอนไม่นั่งสมาธิเสียอีก ก็เลยไม่เคย "*สัมผัส*" ความสุขจากการนั่งสมาธิแต่อย่างใด จึงคิดว่า ข้อแรกทำไม่ได้ ไม่สำเร็จ หันมาทำข้อ ๒ จะดีกว่า เพราะง่ายกว่ากันแยะเลย จึงเปลี่ยนมาเน้นการทำบุญ ทุกครั้งที่ "*ทำบุญ*" ก็จะรู้สึก "*ปลื้ม*

ปีติ” จาก *“คำอนุโมทนา”* จากทั้งพระทั้งฆราวาสที่เป็นเจ้าหน้าที่ของวัดนั้น แต่คงจะพอมีบารมีธรรมเก่าเป็นทุนอยู่บ้าง จึง *“เคลิ้ม”* อยู่ไม่นาน ก็เริ่มรู้สึกว่า **“ตรงนี้ไม่ใช่สิ่งที่เราต้องการ”** จึงได้ค่อย ๆ ถอยห่างออกมา ก็พอดีกับจังหวะชีวิตที่หันเหให้จากเมืองไทยไป จึงเป็นโอกาสเหมาะในการถอยแบบ **“สุดซอย”**

อย่างไรก็ตาม แม้จะไปอยู่ต่างประเทศ ความใฝ่ฝันที่จะเป็นผู้ปฏิบัติธรรม ก็ยังคงอยู่ แต่เนื่องจากจริตของผู้เขียน คงจะไม่เหมือนกับ **พวกที่ ๔** จึงไม่ได้ **“ทุ่มเทหรือทุ่มทุน”** มากถึงขั้นดั้นด้นไปตามวัดหรือตามสำนักต่าง ๆ เพียงแต่หาหนังสือมาอ่าน หาเทปธรรมะมาฟังเท่านั้น ซึ่งก็ต้องยอมรับว่า อ่าน ฟัง เท่าไร ก็แทบจะไม่เกิดประโยชน์อะไร เพราะหนังสือทุกเล่ม เทปทุกม้วนก็ล้วนบอกว่า **จะต้องทำสมาธิให้จิตนิ่ง ว่าง สงบ เสียก่อน จึงจะยกจิตขึ้นวิปัสสนาหรือพิจารณาข้อธรรม**

แม้กระทั่งช่วงหนึ่งของชีวิต (ประมาณปี ๒๕๓๙) ตระหนักดีว่า ชีวิตฆราวาสไม่เหมาะกับตัวผู้เขียนแน่ จึงมอบทรัพย์สมบัติทั้งหมดและหน้าที่ในการดูแลลูกๆให้กับภรรยา และขอเข้าไปถือศีล ๘ และช่วยงานอยู่ในวัดแห่งหนึ่ง โดยตั้งใจไว้ว่า เมื่อได้พบ **“แก่นแท้ของธรรมะ”** ก็จะเขยิบจากชุดขาวเข้าสู่ร่มผ้ากาสาวพัตร์ไปจนกว่าชีวิตจะหาไม่ ตลอดเวลาปีเศษที่อยู่ในวัด ก็ได้รับการสอนในรูปแบบเดิม ๆ นั่นแหละคือ สวดมนต์ นั่งสมาธิให้จิตนิ่ง จิตว่าง (*เปลี่ยนแค่*

“**คำบริกรรม**” *เท่านั้นเอง*) ซึ่งไม่ตรงกับจริตของผู้เขียน ผลที่เกิดขึ้นก็เหมือนกับ ทัพพีที่อยู่ในหม้อแกง แต่ไม่มีโอกาสรู้รสของแกงแต่อย่างใด **แถมทัพพียังไปกระทบกับหม้อแกงก่อให้เกิดเสียงดังน่ารำคาญอยู่เนือง ๆ**

ทัพพีนี้จึงต้องเร่ร่อนหาหม้อแกงใบใหม่ ด้วยความคิดที่ว่าหม้อใบใหม่นี้ น่าจะเหมาะกว่าใบเดิม แต่เมื่อ “**แก้ปัญหาไม่ถูกจุด**” (*เพราะไปคิดแก้หม้อแกง แทนที่จะคิดแก้ทัพพี*) ตลอดเวลาอีกเกือบขวบปี ทัพพีอันเดิมก็ยังคง “*ไม่รู้รสแกง*” อยู่นั่นเอง แม้ว่าจะเปลี่ยนชนิดของแกง จาก “**พุทโธ**” เป็น “**ซ้ายย่างหนอ ขวาย่างหนอ**” ก็ตามที

ขนาดแค่แช่อยู่ในหม้อแกงเฉย ๆ นาน ๆ ถึงจะตักแกงที ยังพลาดไปกระทบหม้อแกงอยู่เป็นประจำ แล้วนี่มาใช้วิธีให้เคลื่อนไหวซ้ายหนอ ขวาหนอ คงไม่ต้องบอกว่าจะเกิดอะไรขึ้นระหว่างทัพพีที่แสนจะซุ่มซ่ามกับหม้อแกงใบใหม่ เมื่อ “**เกาไม่ถูกที่คัน ก็ไม่หายคัน**” ฉันใด การปฏิบัติธรรมในวิธีที่ไม่ถูกกับจริต ก็ไม่ได้ทำให้ผู้เขียนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตัวเองได้แต่อย่างใด ฉันนั้น ผลที่ได้รับก็คือต้องเป็นทัพพีที่ไม่มีวันรู้รสแกง และเกิดความย่อท้อว่า ชาตินี้คงไม่มีโอกาสที่จะได้รู้รสแกงแน่ เพราะวาสนาคงน้อย แต่วิบากกรรมนั้นแยะมากถึงมากที่สุด

ซมซานกลับเมืองไทย

แม้ว่าจะเป็นทัพพีที่ไม่รู้รสแกง แต่ได้มีโอกาสอยู่ในหม้อแกง ก็ยังนับว่าพอจะมีประโยชน์อยู่บ้างมิใช่หรือ แต่หากเป็นทัพพีที่วางอยู่นอกหม้อแกงแบบไม่มีอนาคต ความรู้สึกขณะนั้นจะเป็นอย่างไร คงไม่สามารถบรรยายเป็นตัวหนังสือได้อย่างละเอียด บอกได้แต่เพียงว่า งงอยู่กับตัวเองอยู่พักใหญ่ว่า แล้วจะใช้ชีวิตอย่างไรต่อไป เพราะลึก ๆ แล้วรู้ตัวดีว่าที่ได้มาเกิดเป็นมนุษย์ในชาตินี้นั้น ไม่ได้ถูกกำหนดให้มาหลงเพลิดเพลินกับแสง สี เสียง แต่ให้มา "**ปฏิบัติธรรมเพื่อสร้างบารมีต่อ**" แต่จนแล้วจนรอด ตั้งแต่อายุได้ ๓๘ ปี จนถึงวันนั้นผ่านไปแล้ว ๒๐ ปี ยังไม่มีอะไรเป็นชิ้นเป็นอัน ยังคงเป็นชาวอ่างทอง ที่มองไม่เห็นอนาคต ทั้งๆที่เวลาในอนาคตก็เหลือน้อยเต็มทีแล้ว เกิดความรู้สึกท้อแท้ หมดหวังในชีวิตอย่างบอกไม่ถูก

บุญเก่ายังคงพอมีอยู่บ้าง จึงมีกัลยาณมิตรครอบครัวหนึ่งชักชวนให้กลับมาเมืองไทย ซึ่งแวบแรกที่ได้รับคำชวนนั้นได้ปฏิเสธไปด้วยน้ำเสียงที่หนักแน่น เพราะตอนที่บินออกจากเมืองไทยมานั้น

ได้ตั้งใจไว้แน่วแน่แล้วว่าจะไม่ขอกลับมาอีกไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น เพราะรู้ดีว่า ลักษณะนิสัยของตัวเองนั้น ไม่เหมาะที่จะอยู่เมืองไทย (*จริง ๆ แล้ว ถ้าจะพูดให้ถูกคือ ไม่เหมาะที่จะอยู่ที่ไหนสักแห่งเดียวในโลกใบนี้ เพราะเป็นคนที่ไม่รู้อะไรควร อะไรไม่ควร*) แต่เมื่อได้รับการคะยั้นคะยออยู่พักหนึ่ง แวบที่สองที่เข้ามาในสมองก็คือ **"เอ.. หรือหม้อแกงของเราจะอยู่ที่เมืองไทยนี่เอง"** จึงได้ตกลงใจที่จะตามครอบครัวของกัลยาณมิตรนั้นกลับมาเมืองไทยแบบงง ๆ ว่าแล้วจะมาทำอะไร จะหาหม้อแกงได้ที่ไหน แต่ก็อุ่นใจที่ได้รับคำบอกจากเขาว่า ก็ลองดูสักพัก ถ้าอยู่ไม่ได้ก็กลับอเมริกาตามเดิม ถือว่ามาเที่ยวเมืองไทยก็แล้วกัน เพราะจากไปนานสิบกว่าปีแล้ว

พอดีได้มีโอกาสมาเที่ยวเชียงราย ซึ่งไม่เคยเหยียบย่างมาเลยทั้งชีวิต เมื่อได้มาถึงสถานที่แห่งหนึ่งในหมู่บ้านสวนดอก ตำบลแม่กรณ์ อำเภอเมือง เชียงราย สัมผัสที่ ๖ บอกทันทีว่า ตรงนี้แหละคือ **"ที่ตาย"** ของเรา แต่ปัญหาคือ จะหา **"หม้อแกง"** ได้ที่ไหน อย่างไรก็ดี หลังจากที่ได้กลับมา **"ชดใช้วิบากกรรม"** อยู่ที่เมืองไทยอีกนับ ๑๐ ปี มีโอกาสได้พบหม้อแกงอีกใบ สองใบ และในที่สุด **พฤษภาคม ๒๕๕๒** ทัพพีอันนี้ก็พอจะได้ลิ้มรสแกงบ้าง จึงเกิดแรงบันดาลใจที่จะย้ายสำมะโนครัวจากอำเภอแสวงหา จังหวัดอ่างทอง มุ่งหน้ามาทางเหนือ แต่ก็ยังไปหลงวนเวียนหาทางออกไม่เจออยู่ที่อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์อยู่ปีเศษ จนเมื่อเดือน**สิงหาคม ๒๕๕๓**

ได้มีโอกาสอ่านหนังสือของหลวงพ่อทูล ขิปฺปปญฺโญ เป็นเล่มแรกในชีวิต แต่หนังสือของหลวงพ่อเล่มเดียว ก็เพียงพอที่จะใช้เป็นแผนที่นำทางให้เดินทางวกกลับมาจังหวัดตาก และได้มาอาศัยอยู่ที่อำเภอพบพระ ตราบเท่าทุกวันนี้

สาสน์ถึงเจ้ากรรมนายเวร

ประชากรไทยมีประมาณ ๗๐ ล้านคน ผู้เขียนไม่มั่นใจในตัวเลขว่ากี่เปอร์เซ็นต์แน่ ๆ ที่เป็นพุทธศาสนิกชน คำนวณคร่าว ๆ น่าจะอยู่ที่ ๕๐–๖๐ ล้านคน แต่หากแยกประเภทชาวพุทธในประเทศของเราตามรูปแบบที่ผู้เขียนแยกไว้ในบทก่อน ผู้เขียนเชื่อว่า คงไม่มีตัวเลขอย่างเป็นทางการมาสนับสนุนแน่นอน แต่ผู้เขียนเชื่อเกิน ๑๐๐ % ว่า จำนวนพุทธศาสนิกชน**พวกที่ ๕** ที่อยู่อำเภอพบพระ คือพบ **"แก่นพระธรรม"** นั้น มีจำนวนน้อยนิด ไม่แน่ใจว่า จะถึง ๕ % ของชาวพุทธหรือไม่

จำนวนชาวพุทธ**พวกที่** ๓ น่าจะมีจำนวนมากที่สุดในบรรดา ๕ พวกด้วยกัน และเมื่อรวมกับ**พวกที่ ๔ (ซึ่งล้วนเป็นชาวอ่างทอง)** ผู้เขียนเชื่อเหลือเกินว่า น่าจะถือเป็นชนกลุ่มใหญ่ เมื่อเทียบกับจำนวนรวมของ**พวกที่ ๑ และ ๒ และ ๕** ซึ่งจากการคำนวณแบบขาดทั้งหลักการและวิชาการของผู้เขียนแบบนี้แหละ จึงเป็นแรงบันดาลใจให้ลุกขึ้นมาเขียนหนังสือเล่มนี้ ทั้ง ๆ ที่ เมื่อกลางปี ๒๕๕๘

ตอนที่เขียนเรื่อง *“เบื่อจะเกิดละยัง !?”* ได้ประกาศไว้ว่า จะเขียนเป็นเรื่องสุดท้าย เพราะมีปัญหาเรื่องสุขภาพ นอกจากนี้เวลาและแรงบันดาลใจที่จะเขียนก็เหลือน้อยเต็มทีแล้ว แต่ก็มีเหตุการณ์จำเป็นที่ไม่สามารถจะหลีกเลี่ยงได้ ทำให้ต้องมาทนนั่งเขียนอีก ๒ เรื่องภายในปี ๕๘ นั่นเอง และ ปี ๕๙ ก็มีความจำเป็นที่ต้องทำให้เขียนอีกหนึ่งเรื่อง ซึ่งก็ได้เขียนไว้ใน *“คำนำ”* ในหนังสือเล่มนั้นว่า **เข็ดแล้ว จะไม่เขียนอีกแล้ว** เพราะอาการ office syndrome หรืออาการที่ปวดต้นคอและหัวไหล่อันเนื่องมาจากนั่งหน้าคอมพิวเตอร์นาน ๆ (ซึ่งเป็นอาการทันสมัยสำหรับคนยุคนี้ แต่ผู้เขียนซึ่งเป็นคนยุคไดโนเสาร์ ไม่สมควรเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมามีอาการเช่นนี้ด้วยเลย) ได้มาป้วนเปี้ยนอยู่แถวหน้ากุฏิของผู้เขียนมาตั้งแต่ต้น ๆ ปี ๒๕๕๘ แล้ว

ทุกวันนี้ ต้องแก้ **(ที่ปลายเหตุ)** ด้วยการ ใช้มือซ้ายจับเมาส์ เพราะต้องการลดการใช้งานมือขวาให้มากที่สุด แต่การพิมพ์ก็คงจำเป็นต้องใช้ทั้ง ๒ มือ เพราะเป็นการพิมพ์สัมผัส ๑๐ นิ้ว การเขียนหนังสือแต่ละเรื่อง นอกจากจะต้องใช้มือทั้งสองข้าง และนั่งหน้าคอมฯ เป็นเวลานาน ๆ แล้ว ยังจะต้อง นั่งหน้าจอเพื่อตรวจทานต้นฉบับ นั่งตรวจปรู๊ฟที่ทางโรงพิมพ์ส่งมาเป็นไฟล์ PDF นั่นคือ นอกจากจะทำร้าย มือ คอ หลัง แล้วยังจะทำร้ายสายตาอีกต่างหาก

ปี ๒๕๖๐ นี่ จึงขอส่งสาสน์ถึงเจ้ากรรมนายเวรทั้งหลายว่า ผู้เขียนคงจะได้ชดใช้กรรมกับพวกท่านหมดหรือใกล้หมดแล้ว เพราะได้เขียนหนังสือรวมทั้งเล่มนี้ด้วย ๑๙ เล่ม และทุกเล่มก็ได้แจกจ่ายเป็น**ธรรมทานอย่างแท้จริง** เพื่ออุทิศส่วนกุศลให้กับพวกท่านอย่างเต็มที่แล้ว เพราะแม้แต่ ๓ เรื่องที่มอบให้สำนักพิมพ์อมรินทร์ธรรมะไปนั้น ก็ไม่ได้คิดค่าลิขสิทธิ์แต่อย่างใด และเมื่อทางสำนักพิมพ์ได้เมตตาส่งหนังสือที่จัดพิมพ์มาให้เป็นการตอบแทน ก็ได้นำหนังสือเหล่านั้นออกแจกจ่ายเป็นธรรมทานเช่นเดียวกับเรื่องอื่น ๆ มาโดยตลอด ตั้งแต่ปี ๒๕๕๓ เป็นต้นมา

ที่ฝืนสังขารลุกขึ้นมาเขียนเรื่องนี้ ก็เพราะตลอดเวลา ๖ – ๗ ปีที่ผ่านมานี้ ได้มีโอกาสเจอกับ **"เพื่อนเก่า"**พวกที่ ๓ คือพวกที่ชอบทำบุญ เพราะหลงคิดว่านั่นคือสิ่งที่จะทำให้ตายไปแล้วจะไปได้ภพชาติที่ดี จึงมุ่งหน้าทำแต่บุญ แต่ไม่คิดจะปฏิบัติธรรมแต่ประการใด ขณะเดียวกันก็ได้มีโอกาสสัมผัสกับ **"เพื่อนใหม่"** คือพวกที่ ๔ ซึ่งต้อง **"ขอคารวะ"** เพื่อนใหม่เหล่านี้ด้วยความจริงใจ เพราะเห็นในความตั้งใจจริงของท่านที่สู้อุตส่าห์ตระเวนไปตามสำนักปฏิบัติธรรมต่างๆแทบจะทั่วประเทศ แต่ก็ไม่สามารถจะ **"แก้ปัญหาใจ"** ของท่านได้แต่อย่างใด บางรายกลับยิ่งมีปัญหาหนักกว่าเก่า เพราะเข้ากับคนในบ้านไม่ได้ เนื่องจากท่านเกิดความรู้สึกว่า **ท่านอยู่คนละ**

ค่ายกับพวกเขาแล้ว ท่านเป็นผู้ปฏิบัติธรรม แต่เขาเหล่านั้นยังเป็นบัวใต้น้ำอยู่

หากหนังสือเล่มนี้ จะมีส่วนทำให้ชาวอ่างทองทั้งหลาย (*อาจรวมชาวอุตรดิตถ์ด้วยก็ได้*) เกิดแรงบันดาลใจและได้แนวทางที่จะเดินทางไปใช้ชีวิตบั้นปลายที่จังหวัดตาก ผู้เขียนขอท่านเจ้ากรรมนายเวรทุกท่านได้โปรดรับบุญกุศลนี้อย่างเต็มที่ และหวังว่ากุศลครั้งนี้ คงจะทำให้ท่านเมตตาอโหสิให้กับผู้เขียนแบบเต็มร้อย ขอให้ทุกอย่างจบสิ้นไม่ต้องชดใช้อะไรกันอีกแล้ว อย่าให้มีเหตุจำเป็นใด ๆ ที่จะต้องมานั่งเขียนเรื่องที่ ๒๐ อีกเลย หรือหากมีความจำเป็นจริง ๆ ก็ขอ **"ทุเลา"** ขอทิ้งระยะไปหน่อย อย่างน้อยขอให้พ้นปี ๒๕๖๐ ไปก่อนเถิด สาธุ......

จูนเครื่อง

ได้โหมโรง มาพอสมควรแล้ว จึงใคร่ขอเชิญชวน **พวกที่ ๓ และ พวกที่ ๔** ที่คิดว่าน่าจะเคยสร้างสมบารมีร่วมกันมา ลองอดทนอ่านหนังสือเล่มนี้ต่อไป แล้วดูซิว่า ท่านอยากจะย้ายถิ่นที่อยู่กันเสียทีหรือไม่ หรือหากท่านใดยังยืนยันที่จะเป็นชาวอ่างทองต่อไปก็ไม่ผิดกติกาแต่อย่างใด เพราะผู้เขียนไม่ได้เขียนหนังสือเล่มนี้มา **"เพื่อบอกให้ท่านเชื่อ"** เพียงแต่จะมา **"บอกให้ท่านฟัง"** ว่า จากการที่ผู้เขียนได้อ่านหนังสือของหลวงพ่อทูล แล้ว ทำให้ผู้เขียนค้นพบว่า จริตเดิม หรือบารมีธรรมของผู้เขียนในอดีตชาตินั้น สร้างไว้ในรูปแบบไหน และเมื่อมาฝึกฝนปฏิบัติในแนวทางที่ตรงกับจริตเดิม การปฏิบัติธรรมก็ก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว เพราะเป็นการ **"ต่อยอด"** มิใช่เป็นการ **"เริ่มนับหนึ่ง"** ใหม่อย่างที่ผ่านมา ๓๐ กว่าปี

การที่เราจะรู้ว่า คำสอนหรือแนวปฏิบัตินั้นตรงกับจริตเดิมของเราหรือไม่นั้น สังเกตง่าย ๆ ว่า เมื่อเราได้อ่านหรือฟังซีดีธรรมะของท่านใดก็ตาม แล้วเราเกิด **"ความรู้สึก"** ที่มันเข้าไป **"ถึงใจ"**

จากนั้นก็ทำให้เรา **"ได้คิด"** แล้วเกิดเป็น **"ความสำนึก"** ได้ว่า *โห.... ที่ผ่านมา เราคิดว่าเราเป็นคนดีนั้น ที่แท้มันเป็นหนังคนละม้วนกันเลย* หากเกิดอาการเช่นว่านี้ละก็ **"ใช่เลย"** เรียกว่า **"คลื่นความถี่ตรงกัน"**

ดังนั้น สิ่งแรกที่ผู้เขียนอยากจะขออนุญาตก็คือ เราคงต้องมา **"จูนเครื่องให้ความถี่"** ตรงกันเสียก่อน เพื่อจะได้รับ-ส่งสัญญาณกันได้ สัญญาณโทรศัพท์ สัญญาณเคเบิ้ลทีวี มีหลายค่าย หลายสถานี ฉันใด สำนักปฏิบัติธรรมและแนวทางปฏิบัติในสมัยพุทธศักราช ๒๕๖๐ ก็มีหลายสำนักหลายแนวทาง ฉันนั้น

โทรศัพท์คนละค่าย ทีวีคนละช่อง รับสัญญาณกันไม่ได้ ฉันใด การปฏิบัติธรรมคนละแนว คนละจริต ก็คงพูดกันไม่รู้เรื่อง ฉันนั้น

ปรับทัศนคติ

ทางโลกใช้คำว่า **"ทัศนคติ"** แต่ในทางธรรม ใช้คำว่า **"ความเห็น"** และเนื่องจากพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ คือรู้แจ้งแทงตลอดถึงความจริงในโลกนี้ พระพุทธองค์จึงทรงทราบว่า มนุษย์เรานั้นเมื่อมีความเห็นอย่างไร ก็จะมี **"ความคิด"** อย่างนั้น และจากความคิด ก็จะแปรรูปมาเป็น **คำพูด เป็นการกระทำ เป็นการดำรงชีพ** ดังนั้น พระพุทธองค์ จึงทรงวางแนวทางการปฏิบัติธรรมไว้เป็นขั้นเป็นตอน คือให้มีความถูกต้องด้วยการเริ่มจาก สัมมาทิฏฐิ (ความเห็น) สัมมาสังกัปโป (ความคิด) สัมมาวาจา (คำพูด) สัมมากัมมันโต (การกระทำ) และสัมมาอาชีโว (การดำรงชีพ)

พระองค์ทรงตระหนักดีว่า มนุษย์จำนวนไม่น้อยเลย ที่ต้องการจะเป็นคนดีและในทางโลกก็สอนกันว่าให้ คิดดี พูดดี ทำดี แต่ในความเป็นจริงนั้น มนุษย์เรามักมีความขี้เกียจอยู่ในตัวมากบ้าง น้อยบ้าง และในโลกใบนี้ ก็ล้วนแล้วแต่มีสิ่งยั่วยวน ยั่วยุสารพัดที่จะทำให้เรา **"เขวไปตามกระแสโลก"** ดังนั้น เพื่อให้สามารถยืนหยัด

ที่จะเป็นคนดีได้ พระพุทธองค์จึงทรงวางขั้นตอนต่อไปว่า ให้มีสัมมาวายาโม **(ความเพียร)** คือเพียรที่จะสอนใจตัวเอง ให้มีความเห็นที่ถูกต้อง *(ไม่ใช่ถูกใจอย่างที่มนุษย์ส่วนใหญ่ยึดความถูกใจมากกว่าถูกต้อง)* เพื่อจะได้มีความคิดที่ถูกที่ดี ซึ่งจะทำให้คำพูดที่หลุดจากปากนั้น ล้วนเป็นคำพูดที่ดี รวมทั้งการกระทำและสีหน้าแววตาก็จะเป็นไปในทางดี เพราะได้รับอิทธิพลจาก "**ความคิดที่ดีที่เป็นกุศล**" การดำรงชีวิตของเรา ก็จะเป็นไปในทางที่ดี ไม่สร้างความวุ่นวาย เดือดร้อนรำคาญให้แก่ผู้ที่อยู่รอบข้าง

เมื่อได้เพียรที่จะฝึกฝนตนเองเช่นนี้อยู่ตลอดเวลา ผู้นั้นก็จะมี**สติความยั้งคิด** ที่จะไม่ไปคิด พูด หรือ ทำในสิ่งที่ไม่ดี เพราะมีสติรู้ดี รู้ชั่ว นั่นคือ สัมมาสติ จะอยู่กับตัวเองเป็นอัตโนมัติ เพราะได้เฝ้าฝึกฝนตนเอง สอนใจตนเองอยู่ตลอดเวลาด้วยความมุ่งมั่น ด้วยความตั้งใจเต็มร้อยว่า จะเป็นคนดี จะไม่เขวไปกับกระแสโลกที่มายั่วยวนหรือยั่วยุแต่ประการใด เพราะเราต้องการเดินตามรอยพระพุทธองค์ด้วยสัมมาสมาธิ นั่นคือด้วยความมุ่งมั่น ด้วยใจจดจ่อ คือมี**สมาธิตั้งใจมั่นนั่นเอง**

การปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องตามแนวทางของพระพุทธเจ้า ก็คือการเดินตามรอยของพระองค์ไปทีละขั้นทีละตอน เช่นนี้ แต่ที่สำคัญก็คือ เราจะต้องปรับเปลี่ยนจาก**ความเห็นผิด** (มิจฉาทิฏฐิ) ที่

ติดตัวเรามาอย่างยาวนาน ให้เป็นความเห็นที่ถูกต้องตรงกับความเป็นจริง (สัมมาทิฏฐิ) ให้ได้เสียก่อน เพราะพระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า “ **ธรรมทั้งมวลรวมลงที่สัมมาทิฏฐิ**” เพราะอะไรหรือ ก็เพราะว่า หากเรายังมีความเห็นที่ผิด (มิจฉาทิฏฐิ) เราก็จะ คิดผิด คือคิดเข้าข้างตัวเอง เอาแต่ใจตัวเอง ซึ่งจะทำให้เกิดความหงุดหงิดขัดเคืองอยู่แทบตลอดเวลา (*เพราะในความเป็นจริง ไม่มีใครที่จะมาทำตามใจเราได้ทุกอย่าง*) ดังนั้น คำพูด ตลอดจนสีหน้าท่าทางและแววตาก็จะได้รับอิทธิพลจากความคิดที่กำลังหงุดหงิดขัดเคือง คงไม่ต้องบรรยายว่า บรรยากาศรอบตัวตอนนั้นจะเป็นอย่างไร จะมีความสุขหรือเต็มไปด้วยความเครียดทั้งตัวเราและคนรอบข้าง

หลวงพ่อทูล จึงได้ย้ำสอนว่า **หากยังไม่มีสัมมาทิฏฐิแล้วอย่าเพิ่งปฏิบัติธรรม** เพราะสิ่งที่ปฏิบัตินั้นจะเป็น **“มิจฉา”** หมด หลวงพ่อเปรียบเทียบว่า เหมือนเรามีขวดที่ใส่ยาพิษอยู่ เราเอายาพิษเททิ้งก็จริง แต่ไม่ได้ทำความสะอาดขวดให้ดี แล้วเอายาดี ๆ เทใส่ลงไป ยาเหล่านั้น ก็จะกลายเป็นยาพิษหมด ฉันใดก็ฉันนั้น

ชาวอ่างทองที่รักทั้งหลาย ท่านได้เอายาพิษเทออกจากขวดหมดหรือยัง และชำระล้างขวดให้สะอาดหมดจดหรือยัง?????

ธรรมะคือธรรมชาติ

ท่านจะเคยปฏิบัติมาอย่างไร เคยได้รับการสอนมาอย่างไร ไม่ต้องมานั่งเสียเวลาย้อนถามตัวเอง ให้อาจเกิดความสับสนว่า ตกลงที่เราได้รับการสอน หรือฝึกฝนมานั้น มันถูกหรือผิดหนอ เราจะไม่วิจารณ์ว่าแบบไหนถูก แบบไหนผิด เพราะผู้เขียนเองไม่มีสติปัญญาถึงระดับที่จะบอกได้ว่าอะไรถูกอะไรผิด เอาเป็นว่า ตอนนี้ผู้เขียนจะขอร้องให้ท่าน **"เทของเก่าออกใส่ภาชนะอื่นไว้ก่อน แล้ว ล้างขวดให้สะอาดหมดจด"** เพื่อที่ว่าจะได้เตรียมขวดไว้ใส่ **"ของใหม่"** *(เมื่ออ่านหนังสือเล่มนี้จบแล้ว ท่านค่อยไปเอาตะแกรงร่อนของเก่าที่ท่านเทไว้ในภาชนะนั้นดูว่า อะไรที่ท่านควรจะนำกลับมาใช้อีก อะไรที่ควรจะทิ้งไป หรือท่านจะตัดสินใจเทของใหม่ที่ได้นี้ทิ้งทั้งหมดแล้วเอาของเก่ามาใช้เหมือนเดิม ก็เป็นสิทธิ์ของท่านแต่ผู้เดียว)* ผู้เขียนไม่เกี่ยว เพราะผู้เขียนไม่ได้มาบอกให้ท่านเชื่อ เพียงแต่จะบอกให้ท่านฟังว่า แท้จริงนั้น **ธรรมะคือธรรมชาติ**

พระพุทธเจ้า มิได้ทรงบัญญัติหรือคิดค้นคำสอนอะไรขึ้นมาตามความคิดเห็นส่วนพระองค์แต่อย่างใด พระตถาคตเจ้า เพียงแต่นำสิ่งที่เป็นอยู่ ในโลกนี้ มาบอกพวกเราว่า ทุกอย่างมันเป็นอย่างนี้นะ มันเป็นไปตามกฎของธรรมชาติ ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่มีชีวิตหรือไม่มีชีวิตก็ล้วนแล้วแต่ตกอยู่ภายใต้กฎของธรรมชาติทั้งสิ้น นั่นคือ **"เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ ดับไป"** แต่ชาวอ่างทองทุกท่านได้โปรดเข้าใจด้วยว่า การ **"ดับไป"** นั้น หากดับไปตามกาลเวลา ตามธรรมชาติของมัน นั่นคือมันดับของมันเอง ย่อมไม่เหมือนกับการที่เรา **"ดับมันด้วยปัญญา"** เพราะการดับเช่นนี้เป็นเรื่องที่มี **"ผู้ที่ทำให้ดับ"** และผู้นั้น **"รู้วิธี"** ที่จะทำให้ดับด้วย การดับเช่นนี้ จึงจะเป็นการดับที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ในอริยสัจจ์ ๔ เพราะเราเป็นผู้ดับมันด้วยปัญญาของเรา ตามวิธีที่เรียนรู้และฝึกฝนอย่างถูกต้อง

สิ่งที่ไม่มีชีวิต วงจรของมันก็คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป จบเพียงเท่านั้น แต่สิ่งที่มีชีวิตนั้น นอกจาก เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วยังขยายพันธุ์ได้ ก่อนที่มันจะดับไป

นอกจากนี้ในบรรดาสิ่งที่มีชีวิตก็ยังแยกออกเป็น ๒ พวกด้วยกันคือ

๑. มีชีวิต แต่ไม่มีวิญญาณครอง ได้แก่พวกต้นไม้ใบหญ้าและเชื้อโรคต่างๆ เนื่องจากพวกนี้ไม่มีวิญญาณ จึงไม่มี

ความรู้สึกนึกคิดอะไร ตามภาษาพระก็คือ ไม่มี เวทนา (ความรู้สึก) สัญญา (ความจำ) สังขาร (ความคิดปรุงแต่ง) วงจรชีวิตของพวกนี้ ก็เกิดมา เจริญเติบโต ขยายพันธุ์ แล้วก็ตายไป เท่านั้นเอง

๒. มีชีวิตและมีวิญญาณครอง ซึ่งทั้งหมดมีอยู่ ๗ พวกด้วยกัน คือ พรหม เทวดา และมนุษย์ (อยู่ในภพภูมิที่ดีที่เรียกว่า สุคติภูมิ) สัตว์เดรัจฉาน เปรต อสูรกาย และสัตว์นรก (อยู่ในภพภูมิที่ไม่ดี ที่เรียกว่า ทุคติภูมิ หรืออบายภูมิ

อย่างไรก็ดี ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่ไม่มีชีวิต มีชีวิตแต่ไม่มีวิญญาณ หรือมีชีวิตและมีวิญญาณครอง ก็ล้วนแต่ตกอยู่ภายใต้กฎของธรรมชาติทั้งสิ้น นั่นคือ ประกอบไปด้วย **ดิน น้ำ ไฟ ลม** *(ธาตุ ๔)* รวมตัวเกิดขึ้นมา ดำรงอยู่ชั่วระยะเวลาหนึ่ง แล้วก็ดับไป และทุกสิ่งทุกอย่างนี้ จะไม่มีอะไรที่ยืนยงคงที่อยู่อย่างเดิม **จะมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา** เพียงแต่ว่าการเปลี่ยนแปลงนั้นเห็นชัดเจนหรือไม่เท่านั้นเอง (*อย่างเช่นที่โลกเราหมุนรอบตัวเองและรอบดวงอาทิตย์อยู่ตลอดเวลา แต่เราก็ไม่รู้สึกเลยว่ามันหมุน)* และในการเปลี่ยนแปลงนั้น เราจะเห็นว่ามีการเปลี่ยนแปลงในทางดีหรือเจริญบ้าง ในทางไม่ดีหรือเสื่อมบ้าง แต่ท้ายสุดก็จะมาจบที่ **"ความเสื่อม"** ทั้งหมด และจุดสุดท้ายก็คือ **ไม่เหลืออะไร** กลายเป็นธาตุ ๔ คืนกลับให้กับธรรมชาติ

ทั้งสิ้น เป็นไปตามกฎของธรรมชาติ ที่เราท่านคงเคยได้ยินอยู่บ้าง คือ **กฎของไตรลักษณ์** นั่นเอง

กฎของไตรลักษณ์หรือที่เรียกอีกอย่างว่า "**สามัญลักษณะ ๓ อย่าง**" นี้ เป็นกฎของธรรมชาติที่ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ไม่ว่าจะเป็นสิ่งของ สัตว์ คน ผี เปรต เทวดา พรหม ล้วนตกอยู่ภายใต้กฎนี้ทั้งสิ้น ไม่เกี่ยวกับเชื้อชาติ ศาสนา เพศ หรือ วัย แต่ประการใด เปรียบกับทางโลก กฎของไตรลักษณ์นี้เปรียบเหมือนกฎหมายรัฐธรรมนูญ อันเป็นกฎหมายสูงสุดของโลกนั่นเอง

เนื่องจากสิ่งที่มีชีวิตและมีวิญญาณครอง จะมี "**การกระทำ**" อยู่ตลอดเวลา การกระทำนี้ ภาษาพระเรียกว่า "**กรรม**" ดังนั้น นอกจากกฎหมายรัฐธรรมนูญแล้ว จึงมี "**กฎหมายลูก**" เกิดขึ้นสำหรับบังคับใช้กับพวกที่มีชีวิตและมีวิญญาณครอง เพราะดวงวิญญาณคือพลังงานหรือสสารอย่างหนึ่ง ซึ่งเราท่านทราบดีแล้วว่าสสารทุกอย่างไม่มีการสูญหายไปจากโลก ดวงวิญญาณนี้จึงไม่สูญหายไปไหน แต่จะเวียนว่ายตายเกิดในอัตภาพ ๗ อย่างที่กล่าวข้างต้น ส่วนที่ว่าในแต่ละช่วงนั้น จะได้อัตภาพอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับกฎหมายลูก ที่มีชื่อว่า "**กฎแห่งกรรม**" นั่นเอง ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า "**กรรมเป็นเครื่องจำแนกสัตว์**"

กฎแห่งกรรม

เมื่อเราทราบแล้วว่า ธรรมะคือธรรมชาติ ทุกอย่างตกอยู่ภายใต้กฎของไตรลักษณ์ และเราเป็นสิ่งที่มีชีวิตและมีวิญญาณครอง จึงต้องเป็นไปตามกฎแห่งกรรมอีกด้วย ดังนั้น สิ่งสำคัญที่สุดในชีวิตของเรา ที่ชาตินี้ได้อัตภาพความเป็นมนุษย์มานั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่เราจะต้องมาศึกษาให้กระจ่างว่า ทำไมเราจึงได้เกิดเป็นมนุษย์ในชาตินี้ แทนที่จะเป็นเทวดาหรือพรหม (*ซึ่งส่วนใหญ่คิดว่าน่าจะดีกว่ามนุษย์*) หรือทำไมไม่ไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน (*เหมือนเพื่อนร่วมโลกที่เราเห็นอยู่เต็มไปหมด*) เปรต อสุรกาย หรือสัตว์นรก **ตรงนี้แหละคือ หัวใจของการศึกษาปฏิบัติธรรม** นั่นคือศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้า คือมา **"เรียนรู้กฎของธรรมชาติ"** ว่าธรรมชาติมีกฎกติกาอย่างไร (*เหมือนที่เราต้องรู้กฎหมายบ้านเมืองเพื่อป้องกันไม่ให้ทำผิดจนต้องรับโทษ*) จากนั้นใช้อุบายหรือวิธีการอย่างไรก็แล้วแต่ เพื่อที่จะ **"สอนใจตนเองให้ยอมรับกฎของธรรมชาติ"** ไม่ใช่เอาแต่ความอยาก ความไม่อยากของใจเราเป็นที่ตั้ง โดยไม่สนใจว่ากฎของธรรมชาติเป็นอย่างไร ชีวิตนี้ทั้งชีวิตก็ย่อมมีแต่ความทุกข์

(เปรียบเหมือนเราทำอะไรลงไปตามความชอบ ความอยากของเรา โดยไม่คำนึงว่าผิดกฎหมายหรือไม่ อย่างไร เมื่อถูกจับได้เราก็จะต้องถูกลงโทษตามกฎหมายบ้านเมือง ซึ่งไม่ใช่เรื่องสนุกแน่)

เมื่อเราได้เรียนรู้กฎของธรรมชาติแล้วว่า ทุกอย่างเป็นอย่างไร และสอนใจเราให้ยอมรับ ไม่ใช่ยังจะดื้อดึงทำตามใจตนเอง ดังนั้นจากนี้ไปจึงเป็นเรื่องที่เราจะต้อง **"ฝึกฝน ฝึกฝืนความเคยชิน เพื่อจะปรับตัวให้เข้ากับกฎของธรรมชาติ"** เพื่อให้ชีวิตที่เหลืออยู่นี้ มีความทุกข์ใจน้อยลง และยังเป็นการสร้างบารมีธรรมเอาไว้สำหรับในชาติต่อๆไป ตราบใดที่เรายังเวียนว่ายตายเกิด เราก็จะต้องอยู่ภายใต้กฎแห่งกรรม เพราะนี่คือกฎกติกาของโลกนี้ แต่หากเราปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธองค์ได้ครบถ้วนสมบูรณ์ทุกอย่าง วิญญาณดวงนี้ก็จะไม่ตกอยู่ภายใต้กฎแห่งกรรมต่อไป เพราะหลุดไปจาก **"กระแสโลก"** แล้ว ไม่ต้องอยู่ภายใต้กฎอะไรทั้งสิ้น

เปรียบกับทางโลก เมื่อเราเข้าไปเป็นสมาชิกของชุมชน หรือองค์กรใดก็ตาม เขาก็จะมีกฎระเบียบบังคับใช้ต่างกันไป ไม่ว่าเราจะชอบหรือไม่ชอบกฎระเบียบเหล่านั้น เราไม่มีสิทธิ์ที่จะไปเปลี่ยนแปลงแก้ไขอะไรได้ หากเราไม่ชอบและต่อต้าน ชีวิตเราก็จะเต็มไปด้วยปัญหา มีแต่เรื่องไม่ดีเกิดขึ้น มีแต่ความทุกข์ใจ ความอึดอัด แต่หากเราทำใจให้ยอมรับ และพยายามปรับตัว ปรับใจ ของเรา ให้ทำตามกฎระเบียบต่างๆนั้น ด้วยความเต็มใจ เราก็จะสามารถอยู่ในองค์กร

นั้นได้อย่างมีความสุข หรืออย่างน้อยก็ไม่เกิดความเดือดร้อน ความอึดอัดใจแต่ประการใด

ฉันใด ก็ฉันนั้น เมื่อเราเกิดมาในโลกนี้ ในอัตภาพของความเป็นมนุษย์ เราจึงตกอยู่ภายใต้กฎแห่งกรรม กฎของไตรลักษณ์ ซึ่งเป็นกฎของธรรมชาติ หน้าที่ของเรา คือ **"เรียนรู้ ยอมรับ และปรับตัว"** เท่านั้นเอง ไม่ใช่ไม่ยอมเรียนรู้ หรือรู้แต่ไม่ยอมรับ และไม่ปรับตัวให้เข้ากับกฎของธรรมชาติ **แต่พยายามฝืนทุกอย่าง อยากจะให้ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามความพอใจ ความชอบของเรา** ซึ่งเป็นเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ แต่มนุษย์ส่วนใหญ่ ก็พยายามทำในสิ่งที่เป็นไปไม่ได้นี้ จึงเป็นเรื่องที่เราพบเห็นกันอยู่ประจำว่า มนุษย์ส่วนใหญ่ในโลกนี้ ล้วนแต่มีความทุกข์ทางใจทั้งสิ้น เพราะไม่ยอมรับ และไม่พยายามปรับตัว ให้เข้ากับกฎของธรรมชาติ **แต่พยายามเหลือเกินที่จะไปปรับเปลี่ยนสิ่งต่างๆรอบตัว ไม่ว่าจะเป็นคน สัตว์ สิ่งของ รวมทั้งพยายามที่จะปรับเปลี่ยนธรรมชาติด้วย** ผลที่เกิดขึ้นจึงเป็นอย่างที่เห็นๆ รู้ๆกันอยู่ทุกวันนี้

พระตถาคตเจ้าทรงเมตตาสอนสาวกของพระองค์ ให้เรียนรู้ ยอมรับ แล้วปรับตัวให้เข้ากับกฎของธรรมชาติ เพื่อจะได้มีเพียงความทุกข์ทางกาย (*ที่ไม่มีใครหลีกเลี่ยงได้*) แต่ไม่ให้มีความทุกข์ทางใจ หรือจะมีก็ให้น้อยที่สุด ด้วยการให้ชาวพุทธทั้งหลายได้ศึกษาให้เข้าใจกฎของธรรมชาติ แล้วใช้อุบายสอนใจตัวเองให้ยอมรับความ

จริงในโลกนี้ แล้วปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองให้สอดคล้องกับความจริงตามกฎของธรรมชาติที่มันเกิดขึ้นตามเหตุ ตามปัจจัย เพื่อตัวเราเองก็จะได้ไม่ทุกข์ใจ คนรอบข้างก็อยู่กับเราอย่างมีความสุข เพราะเรา **"เข้าใจ"** ความเป็น **"ธรรมชาติ"** ของเขา ไม่เครียด ไม่ทุกข์ เหมือนอย่างที่เป็นอยู่กันแทบจะทุกครัวเรือน

ชาวพุทธทั้งหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งชาวอ่างทอง หากท่านจะได้ **"เปิดใจ"** ที่จะเรียนรู้ว่า พระพุทธองค์ได้ทรงสอนอะไรที่เป็นหลักสำคัญสำหรับสาวกที่จะนำมาปฏิบัติตาม แล้วลองเปรียบเทียบดูว่า ที่ผ่านมา แนวทางที่ท่าน **"ปฏิบัติ"** อยู่นั้น ตรงกันกับหลักธรรมคำสอนของพระพุทธองค์หรือไม่ ผู้เขียนไม่อยู่ในสถานะที่จะชี้ผิดชี้ถูก ผู้เขียนเพียงแต่จะนำประสบการณ์ของตนเองที่หลงคิดว่าสิ่งที่ตัวเองพยายามกระทำอยู่ตลอด ๓๑ ปี นั้น เป็นการ **"ปฏิบัติธรรมตามคำสอนของพระพุทธองค์"** จนเกือบจะ **"สายเกินเพล"** *หากไม่ได้มีโอกาสอ่านหนังสือหลวงพ่อทูล เมื่อกลางปี ๒๕๕๓ ผู้เขียนก็คงจะเสียชาติเกิดในชาตินี้ไปอย่างน่าเสียดายและน่าสงสารวิญญาณดวงนี้อย่างที่สุด* ***ที่จะต้องไปเวียนว่ายตายเกิดในอบายภูมิอีกนานแสนนานกว่าจะได้มีโอกาส มาเกิดเป็นชาวพุทธที่จะได้มาเรียนรู้และปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าอีกครั้ง***

หลักธรรม ๓ ข้อ

คำสอนของพระพุทธเจ้ามีมากมายถึง ๘๔๐๐๐ พระธรรมขันธ์ ขนาดนั้น พระพุทธองค์ยังทรงเปรียบเทียบว่า ความจริงที่มีอยู่ในโลกนี้เปรียบเหมือนใบไม้ที่อยู่ในป่า แต่ความจริงที่พระองค์ทรงนำมาสอนนั้นเปรียบเหมือนใบไม้ในกำมือของพระองค์เท่านั้นเอง เพราะสิ่งที่นอกเหนือไปจากที่พระองค์สอนนั้น ถึงจะมีอยู่เป็นอยู่ในโลกนี้ แต่ก็ไม่ได้มีประโยชน์อะไรที่เราจะไปเรียนรู้ ไปรับรู้ เพราะไม่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพ้นทุกข์เลย คำสอนของพระพุทธองค์นั้นมุ่งที่จะให้สาวกเดินไปสู่ความ **"พ้นทุกข์"** ส่วนจะเป็นการพ้นเพียงชั่วครู่ชั่วยาม หรือจะพ้นทุกข์แบบถาวร **"คือไม่ต้องกลับมาเกิดอีก เพราะเมื่อไม่เกิด ก็จะไม่ทุกข์"** ก็แล้วแต่สาวกแต่ละท่านจะเลือกเดินตามรอยพระบาทของพระองค์ไปถึงไหน

ดังนั้น ชาวอ่างทองทั้งหลาย จึงต้องถามตัวเองเพื่อให้ได้คำตอบที่แน่ชัดก่อนว่า ทุกวันนี้ ที่ท่าน **"แสวงหา"** อยู่นั้น ท่านแสวงหาอะไรแน่

๑. ท่านต้องการความสงบ จิตนิ่ง ว่างจากความคิดทั้งมวล เต็มไปด้วยความสุข *(อาจไม่ต้องถึงกับได้ฌานได้ญาณอะไร ก็ได้แต่ถ้าได้ก็ดี)* หรือ

๒. ท่านต้องการศึกษาปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า เพื่อพบกับความสงบที่แท้จริง หรือ

๓. ท่านต้องการชีวิตที่โรยด้วยกลีบกุหลาบ ไม่มีปัญหาอะไร เข้ามารบกวนจิตใจ หรือ

๔. ท่านต้องการให้ทุกอย่างสมหวังดังใจปราถนา หรือ

๕. ท่านต้องการให้ทุกคน ไม่ว่าจะเป็นคนใกล้ตัวหรือคนที่ท่านได้เจอะเจอ เป็นอย่างที่ท่านต้องการ **(ด้วยความปรารถนาดี)**

ถ้าคำตอบคือ ข้อ ๑ ผู้เขียนก็จะขอแนะนำให้ท่านที่เคยสร้างบารมีมาในชาติก่อนๆด้วยการนั่งสมาธิจนจิตสงบ นิ่ง ว่างได้ในเวลาอันรวดเร็ว (**นั่นคือเป็นพวกเจโตวิมุตติ**) ทำในสิ่งที่ท่านถนัดต่อไป เพียงแต่จะขอให้ท่านศึกษาวัตรปฏิบัติของพระอริยสงฆ์ทั้งหลายที่ท่านทำสมาธิจนได้พลังเต็มเปี่ยมแล้ว ท่านเจริญวิปัสสนาพิจารณาข้อธรรมต่าง ๆ ด้วยจิตที่นิ่ง ตั้งมั่น ไม่มีอะไรวอกแวก จนเกิดปัญญา

เข้าใจและเข้าถึงข้อธรรมต่าง ๆ นั้น ได้เข้าสู่เส้นทางแห่งมรรคผลนิพพาน ตามบารมีธรรมของแต่ละท่าน

ผู้เขียนไม่ทราบว่า ชาวอ่างทองทั้งหลายที่ได้อ่านหนังสือเล่มนี้ ท่านเป็นพวกเจโตวิมุตติ หรือท่านเป็นพวก**ปัญญาวิมุตติ** *(คือพวกที่พยายามทำสมาธิเท่าไร ก็ไม่เคยได้พบกับอาการจิตนิ่งจิตว่าง มีแต่ความคิดสารพัดอย่างเกิดขึ้นขณะนั่งสมาธิ)*

ผู้ที่เป็นเจโตวิมุตติ คือสามารถทำจิตให้สงบได้เร็ว *(อาจมีอาการแปลก ๆ เกิดขึ้นสารพัดอย่างแถมด้วยก็ได้ ผู้เขียนไม่มีประสบการณ์ตรงนี้จึงขออนุญาตไม่เอ่ยถึง)* แต่หากท่านไม่เจริญวิปัสสนาต่อ ได้แต่จมอยู่กับความสุขหรือสนุกกับอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้น ผู้เขียนคิดว่าหนังสือเล่มนี้คงไม่มีประโยชน์อะไรกับท่านเลย เพราะหลวงพ่อทูล ได้เคยเขียนไว้ในหนังสือว่า พวกนี้มีแต่พระพุทธเจ้าองค์เดียวเท่านั้นที่จะมาช่วยได้ นอกจากพระพุทธเจ้าแล้วไซร้ จะไม่มีใครช่วยดึงให้เข้ามาสู่เส้นทางแห่งพระนิพพานได้เลย อาจจะมีก็ต้องเป็น **"คู่ทรมาน"** หมายถึงได้สร้างบารมีร่วมกันช่วยเหลือเกื้อกูลกันมาหลายภพหลายชาติเท่านั้น จึงจะช่วยได้ *(ผู้เขียนคงไม่มีบารมีถึงขั้นนั้นแน่)*

ส่วนท่านที่เป็นปัญญาวิมุตติ แล้วท่านไปพยายามแสวงหาความสงบ จากการที่จะทำให้จิตนิ่ง จิตว่าง หลวงพ่อทูลบอกว่า **"เห็นตายก่อนทุกคน"** และตายในลักษณะที่สมาธิก็ไม่ได้ แถมปัญญาก็ไม่เกิดอีกด้วย ผู้เขียนยังพอมีบุญอยู่บ้าง ที่ไม่ตายเสียก่อนที่จะได้มีโอกาสอ่านหนังสือของหลวงพ่อ จึงได้ปรับเปลี่ยนแนวปฏิบัติ ด้วยการเลิกแสวงหาความสุข ความสงบจากการนั่งสมาธิ แต่หันมาศึกษาข้อธรรมคำสอนหลัก ๓ ข้อของพระพุทธองค์คือ

๑. การไม่ทำบาปทั้งปวง

๒. การทำกุศลให้ถึงพร้อม

๓. การชำระจิตของตนให้ขาวรอบ (ให้บริสุทธิ์จากกิเลส)

พยายามทำตาม ทีละข้อ ทีละขั้น พยายามใช้ปัญญา (*ที่ไม่ค่อยจะมี*) คิดพิจารณาว่า อะไรคือบาป และทำไมพระพุทธองค์จึงทรงวางไว้เป็นข้อแรก และด้วยปัญญาที่มีน้อยนิดนั้น ก็คิดได้แต่เพียงว่า คนเรานั้น ที่ว่าสามารถ **"ทำกรรม"** ได้ ๓ ทาง คือ มโนกรรม วจีกรรม และ กายกรรม หรือพูดง่าย ๆ ก็คือ คิด พูด ทำ นั่นเอง ดังนั้น หาก คิด หรือ พูด หรือ ทำ ไม่ว่าอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือสองอย่าง หรือทั้งสามอย่าง แล้ว มีความเดือดร้อนเกิดขึ้น ไม่ว่าขณะนั้น หรือในอนาคตก็ตาม **กรรมนั้นคือกรรมชั่ว หรือบาปนั่นเอง** และบาปนี้มีอิทธิพลมากนัก ในการที่จะกำหนด **"ภพชาติ"** ต่อไป

ของวิญญาณดวงนั้น ๆ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า วิญญาณที่จะได้ไปเกิดในสุคติ (คือพรหม เทวดา มนุษย์) เปรียบเหมือน **“เขาโค”** ส่วนวิญญาณที่จะไปเกิดในทุคติ (คือสัตว์เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย สัตว์นรก) เปรียบเหมือน **“ขนโค”**

เมื่อเปรียบเทียบดูแล้ว โคตัวหนึ่งมีเพียง ๒ เขา แต่มีขนไม่น้อยกว่า ๒๐ ล้านเส้น จึงได้คิดว่าโอกาสที่ดวงวิญญาณแต่ละดวงจะได้มาเกิดเป็นคนนั้นแสนยาก มีเพียง ๑ ดวง ใน ๑๐ ล้านดวง แต่คนส่วนใหญ่ไปเข้าใจผิด คิดว่าทำบุญแยะ ๆ แล้วจะได้ไปเกิดในสุคติ โดยไม่ได้ตระหนักถึงความจริงว่าที่แท้บาปนั้นมีอิทธิพลในการกำหนดภพชาติ มิใช่บุญเป็นตัวกำหนด แล้วมนุษย์แทบทั้งโลกก็พลาดทำบาปกันเป็นว่าเล่น **นั่นคือ คิด หรือ พูด หรือทำในสิ่งที่ล้วนก่อให้เกิดความเดือดร้อนกับทั้งผู้อื่นและตัวเองอยู่บ่อยมากถึงมากที่สุด**

สำหรับท่านที่พยายามแสวงหาข้อ ๓ ข้อ ๔ หรือ ข้อ ๕ ข้างต้นนั้น ผู้เขียนมีความเสียใจเป็นอย่างยิ่งที่จะบอกท่านว่า ท่านกำลัง **“ฝืนธรรมชาติอย่างหาที่สุดมิได้”** ต่อให้เที่ยวไปปฏิบัติที่สำนักไหนในประเทศไทยหรือต่างประเทศก็ตาม หรือต่อให้ท่านมุ่งมั่นถึงขนาดเปลี่ยนจากเพศฆราวาสมาเป็นเพศนักบวช ท่านก็จะไม่มีทางที่จะสมปรารถนาใน ๓ ข้อดังกล่าวข้างต้นเลย หรือถ้าจะพูดให้ถูกก็คือ

แม้แต่ข้อใดข้อหนึ่งท่านก็จะไม่มีทางได้จากการไปปฏิบัติธรรมที่ไหนเลยในโลกนี้

สิ่งที่ผู้เขียนพอจะแนะนำได้ก็คือ ขอให้ท่าน **“เลิกแสวงหา”** สิ่งเหล่านั้นเสียเถิด เพราะมันเป็นไปไม่ได้ แล้วมาศึกษาปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าต่อไปด้วยใจที่ **“เปิดรับอย่างเต็มที่เถิด”**

ทำกุศลให้ถึงพร้อม

นอกจากกฎเหล็กข้อที่ ๑ คือ*"ไม่ทำบาปทั้งปวง"* เพราะพระพุทธองค์ทรงทราบดีถึงผลร้ายจากการทำบาปนั้นมีโทษมหันต์มาก โดยที่ชาวพุทธทั้งหลายคาดไม่ถึง และต่างก็พากันทำบาปมากบ้าง น้อยบ้าง ในแต่ละวัน ไม่ว่าจะเป็นแบบรู้ทั้งรู้ว่าเป็นบาป หรือไม่รู้ว่านั่นคือบาป *(โดยเฉพาะพวก "หวังดี ปรารถนาดี" ทั้งหลาย)*

พระพุทธองค์ทรงทราบต่อไปว่า มนุษย์ทุกคนที่เกิดมาล้วนแล้วแต่อยากจะมีความสุขทั้งนั้น ทั้งๆที่ในความเป็นจริงนั้น พระตถาคตเจ้าได้เตือนอยู่ตลอดเวลาว่าในโลกนี้มีแต่ทุกข์เท่านั้นที่เกิดขึ้น ทุกเท่านั้นที่ตั้งอยู่ และทุกข์เท่านั้นที่ดับไป หลวงพ่อทูล ก็ได้ย้ำเตือนบรรดาศิษย์ว่า **"หาความสุขในโลกนี้ ให้ตายก็ไม่เจอ ผิดหวังทุกคน ทุกราย แม้จะได้ไปพักผ่อนบนสวรรค์หรือพรหมโลกก็เพียงชั่วคราว ผลที่สุดก็ต้องกลับมาเกิด ให้เป็นทุกข์อีก"**

แต่ก็หาคนที่จะเชื่อฟังคำสอนของพระพุทธองค์ หรือคำสอนของหลวงพ่อทูลยาก มนุษย์แทบทุกคนต้องการมีความสุขในชีวิตนี้ จึงพยายามใฝ่หาความสุขกันอยู่ตลอดเวลา และส่วนใหญ่ก็เข้าใจผิด (*เพราะมีมิจฉาทิฏฐิ*) คิดว่าความสุข จะเกิดขึ้นจากการได้วัตถุสิ่งของต่าง ๆ ตามที่ปรารถนา

จากการได้ไปท่องเที่ยวหรือทำกิจกรรมใด ๆ ที่ตนพอใจ หรือจากการที่ได้รับการยกย่องสรรเสริญ หรือบางท่าน ไม่ได้หวังอะไรมากนัก ขอเพียงให้ทุกคนตามใจ ไม่ขัดใจก็น่าจะสุขอย่างยิ่งแล้ว (*พวกนี้คงไม่เคยพบคำสอนของหลวงพ่อทูลที่ว่า **"ความสุข** ไม่ได้เกิดจากการเอาชนะคนอื่น แต่เกิดจากการ เอากิเลส ตัณหาออกจากใจ **ชนะใจตัวเอง"**)*

นอกจากนี้ หลวงพ่อบอกว่าความสุขในโลกนี้อยู่กับความพอดี จะหาความพอดีในโลกนี้ไม่ได้เลย เพราะความพอดีไม่มีอยู่ในโลกนี้ แต่ความพอดีมีอยู่เฉพาะที่ใจเท่านั้น

พระพุทธองค์ทรงตระหนักดีว่า มีเพียง .๐๐๑% ของชาวพุทธเท่านั้นที่จะเชื่อคำสอนของพระองค์ที่ว่า **"การเกิดทุกคราวเป็นทุกข์ร่ำไป"** เพราะส่วนใหญ่ยังตั้งหน้าตั้งตาอยากจะเกิดเพื่อจะขอ **"แก้มือ"** กันทั้งนั้น มีเพียงน้อยนิดที่คิดที่จะไม่เกิดอีก เพื่อจะได้

ไม่ทุกข์ พระพุทธองค์จึงได้ทรงสอนกฎเหล็กข้อ ๒ ให้ คือ **“ทำกุศลให้ถึงพร้อม”** เพราะเป็นเรื่องที่พอจะทำกันได้ สำหรับผู้ที่มีปัญญาทางธรรมติดตัวมาบ้างพอสมควร เพื่อว่าเมื่อเกิดมาแล้วจะได้ทุกข์ใจน้อยที่สุด

เมื่อได้ความเป็นมนุษย์ในชาตินี้แล้วหลีกเลี่ยงการทำบาปทั้งปวง โอกาสที่จะได้กลับมาเกิดเป็นคนอีกในชาติหน้าก็มีสูง แต่หากแยกไม่ออกระหว่าง **“บุญ”** กับ **“กุศล”** แล้ว แม้จะได้ความเป็นคน แม้จะเพียบพร้อมไปด้วยรูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ คุณสมบัติที่คนแทบทั้งโลกใฝ่ฝันอยากจะได้สิ่งเหล่านี้ (*จึงมุ่งที่จะทำแต่บุญกันเพราะอานิสงส์ของบุญคือสิ่งเหล่านี้*) แต่ในความเป็นจริงแล้ว คนเหล่านี้มีความสุขจริงหรือ

คนเหล่านี้มี**จิตที่เป็นกุศล** คือเต็มไปด้วยเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา หรือยังมีความหงุดหงิด อิจฉา หมั่นไส้ รำคาญ ห่วง หวง ฯลฯ ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็น**อกุศลทั้งสิ้น** โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อมีสิ่งต่างๆ เข้ามากระทบ ซึ่งแน่นอนในแต่ละวันนั้น ล้วนแต่มีสิ่งจากภายนอกเข้ามากระทบอยู่ตลอดเวลา ดังที่หลวงพ่อทูลบอกว่า **สุข ทุกข์ อยู่ด้วยกัน เปลี่ยนไป เปลี่ยนมา เราเป็นคนเปลี่ยนเอง เลือกเองว่าจะเอาแบบไหน หากปล่อยให้เหตุการณ์ภายนอกเปลี่ยน ก็จะมีแต่ทุกข์**

ต่อให้อาจิณกรรม *(คือกรรมที่ทำอยู่เป็นประจำ)* ของเราจะเป็นไปตามกฎเหล็กข้อที่ ๑ คือ เราไม่ทำบาปทั้งปวง แต่หากเราไม่ฝึกให้จิตของเราเป็นกุศลอยู่ตลอดเวลา ตอนที่จิตจะออกจากร่าง หากจิตเกิดไปนึกถึงสิ่งที่เป็นอกุศลเข้า *(ทั้ง ๆ ที่ในชีวิตมีเรื่องอกุศลอยู่เพียงน้อยนิด)* ตามกฎของอาสันนกรรม วิญญาณดวงนั้นก็หมดสิทธิ์ที่จะไปเกิดในสุคติ *(หาอ่านตัวอย่างเรื่องแบบนี้ได้ในหนังสือธรรมะทั่วไป)*

แค่ ๒ ข้อนี้ทำได้ไหม

ท่านที่ทำตัวสมกับเป็นชาวพุทธ และได้พยายามปฏิบัติธรรมมาตลอด กรุณาถามตัวเองว่า ธรรม ๒ ข้อที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้นี้ ท่านทำได้หรือไม่ สอบผ่านแบบสบาย ๆ หรือฉิวเฉียด หรือถึงขั้นสอบตก

ล่วงมาถึงพ.ศ. ๒๕๖๐ นี้ เป็นเรื่องยากมากถึงยากที่สุดที่จะบอกได้ว่า แนวทางปฏิบัติธรรมแนวไหนเป็นแนวที่ถูกต้องตรงกับคำสอนของพระพุทธเจ้ามากที่สุด แต่ผู้เขียนจะยึดคติที่ว่า จะปฏิบัติแนวไหน อย่างไร ไม่สำคัญ แต่ให้ยึดคำสอนของหลวงพ่อทูลที่ว่า *"การปฏิบัติธรรมนั้น อันดับแรกคือ***ปฏิบัติให้ตัวเราเองดีขึ้น ทั้งกาย วาจา ใจให้ได้** *หากทำแค่นี้ไม่ได้ ก็ไม่ถือว่าเป็นนักปฏิบัติธรรมเลย"*

เมื่อเราผันตัวเองมาเป็นผู้ปฏิบัติธรรมแล้ว เราหยุดการทำบาปทั้งปวง ด้วยการไม่พูด ไม่ทำ ให้ใครเดือดร้อน (ไม่ว่าจะเป็นสัตว์ที่เป็นเพื่อนร่วมโลก ไม่ว่าจะเป็นคนไกลตัว ใกล้ตัว รวมถึงตัวเราเองด้วย) ได้ไหม หากยังไม่ได้ ๑๐๐ % ค่อย ๆ ฝึกฝน ฝึกฝืน

ควบคุมคำพูด และสีหน้าแววตา ท่าทาง ตลอดจนการกระทำของเรา ให้ทำความเดือดร้อนให้น้อยลงๆทุกๆวันได้ไหม ขณะเดียวกันก็ใช้ปัญญาเฉพาะตนสอนใจตัวเองไปด้วยว่า ที่ทำเช่นนี้เพราะอะไร มีผลดีอย่างไรที่ทำ และมีผลเสียอย่างไรหากทำตัวเหมือนเดิม

ได้มีการทำวิจัยแล้วพบว่า มนุษย์เรานั้น จะทำสิ่งใดได้สำเร็จจะต้อง **"รู้"** ก่อนว่า หากทำสำเร็จแล้วจะ **"ได้อะไร"** เป็นการตอบแทน และแน่นอนต้อง **"รู้วิธีที่ถูกต้องด้วย"** (*ข้อหลังนี้ไม่ต้องถึงกับทำวิจัยทุกคนก็ตระหนักดีอยู่แล้ว*) เมื่อเห็นว่า **"คุ้มค่า"** มนุษย์ก็จะทำสิ่งนั้นด้วยความเต็มใจยิ่ง

เมื่อเราตระหนักถึงผลดีที่จะเกิดจากการพัฒนากาย วาจาของเรา ก็ใช้ทั้ง **สมาธิตั้งใจมั่น** ที่จะ **"ข่ม"** คำพูดและการกระทำที่ไม่ดี (*ที่เคยทำด้วยความเคยชิน*) และใช้ทั้ง **ปัญญา** ที่จะสอนใจเรา ให้เข้าใจและยอมรับว่า การพูดการทำอย่างเดิมนั้นก่อให้เกิดทุกข์ โทษ ภัย อย่างไร และการพูด การกระทำอย่างใหม่นั้นจะก่อให้เกิดผลดี เกิดความสุขอย่างไร ในชีวิตที่เหลือชาตินี้ เพราะเป็นการพัฒนาจิตของเรา ให้เป็นจิตที่เต็มไปด้วยความเมตตา เป็นจิตที่เต็มไปด้วยกุศล หาที่ให้อกุศลสอดแทรกเข้ามาแทบไม่ได้เลย

หากเราทำ ๒ ข้อนี้ได้ คือ ตลอดเวลาไม่พูด ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน (*หรือพลาดพลั้งก็น้อยมาก*) เรียกว่า อาจิณณกรรมของ

เรา เป็นไปตามคำสอนของพระพุทธองค์คือ *“ไม่ทำบาปทั้งปวง”* และ จิตก็เต็มไปด้วยความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา แทบจะไม่มีช่องว่างให้ความโลภ ความเห็นแก่ตัว คิดแต่จะเอาเปรียบผู้อื่น โกรธ หงุดหงิด รำคาญ หมั่นไส้ อิจฉา ริษยา ห่วง หวง กังวล กลัวความยากลำบาก กลัวความตาย ฯลฯ เข้ามาอยู่ในจิตใจของเราเลย นั่นคือ *“จิตเราเป็นกุศลอยู่ตลอดเวลา”* เมื่อจิตจะดับ อาสันนกรรมก็จะพาเราไปเกิดในสุคติแน่นอน ไม่มีการผิดพลาดทางเทคนิคแต่อย่างใด เพราะทั้งอาจิณณกรรมก็เป็นไปในทางดี อาสันนกรรมก็เป็นในทางกุศล พลวงพ่อทูลบอกไว้ว่า **ผู้ที่ทำได้เช่นนี้ ไม่มีความจำเป็นอะไรที่จะต้องให้พระมาโปรดตอนใกล้จะตาย และก็ไม่จำเป็นต้องให้พระมาจูงศพตอนจะเอาขึ้นเมรุด้วย วิญญาณดวงนี้จะได้ไปสู่สุคติอย่างแน่นอน**

ธรรมข้อที่ ๓

ผลที่เกิดจากการประกอบเหตุ คือ ธรรม ๒ ข้อข้างต้นนั้นก็คือ ดวงวิญญาณดวงนั้นจะได้ไปอยู่ในสุคติ ส่วนว่าจะเป็นพรหม หรือเทวดา หรือมนุษย์ ที่เพียบพร้อมด้วยรูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติทุกอย่างที่มนุษย์ในโลกนี้ปรารถนา ก็แล้วแต่ว่า ได้ทำข้อ ๒ คือ ทำกุศลให้ถึงพร้อมขนาดไหน (*แน่นอน ในการทำกุศลนั้น ย่อมรวมการ* ***"ทำทาน"*** *หรือที่เราคุ้นเคยกับคำว่า* ***"ทำบุญ"*** *ด้วยเป็นแน่*) ในที่นี้จะไม่ลงรายละเอียดเรื่อง ทาน บุญ และกุศล เพราะได้แยกแยะไว้พอสมควรในหนังสือหลาย ๆ เรื่องของผู้เขียน โดยเฉพาะเรื่อง *"คู่มือปฏิบัติธรรม สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมชั้น ป. ๑"*

เท่าที่ได้สัมผัสด้วยตนเอง พบว่า *"ชาวอ่างทอง"* หลายท่านมีความปรารถนาที่น่าสรรเสริญ ที่จะปฏิบัติตามคำสอนข้อนี้ของพระพุทธองค์ เพื่อหวังผลคือการบรรลุธรรม และมีหลายรายที่หวังผลถึงขั้นว่า **"ขอให้ชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย"** แต่ในความเป็นจริงนั้น หลายต่อหลายท่านก็ยังดำรงความเป็นชาวอ่างทองอยู่อย่างเหนียวแน่น เพราะยัง **"หาบารมีธรรมเก่า"** ของท่านไม่เจอ จึงต้องนับหนึ่งใหม่เรื่อยไป

มีหลายราย (*ทั้งที่เป็นเจโตวิมุตติ และปัญญาวิมุตติ*) ที่ท่าน **"คิดว่า"** ท่านพบบารมีเก่าของท่านแล้ว ท่านมุ่งมั่นในการปฏิบัติธรรมอย่างมาก อุตส่าห์ย้ายสำมะโนครัวจากอ่างทองมาแล้ว แต่ไม่ทราบว่าเกิดอะไรขึ้น ท่านกลับเลยไปถึงอุตรดิตถ์ วนเวียนอยู่ในอำเภอลับแล หาทางออกไม่เจอจนป่านนี้

ผู้เขียนนั้น สติปัญญามีน้อยนิด ไม่สามารถจะบอกได้ว่าเป็นเพราะอะไร ได้แต่จดจำคำสอนของหลวงพ่อทูลมาเล่าสู่กันฟังว่า

พวกที่เป็นเจโตวิมุตตินั้น หากไม่มีครูบาอาจารย์ที่รู้จริงถึงเส้นทางเข้าสู่พระนิพพาน นอกจากจะไม่สามารถชี้แนะเส้นทางที่ถูกต้องได้แล้ว ยังจะพาหลงเข้ารกเข้าพง จากการสอบอารมณ์หลังนั่งสมาธิ ด้วยการถามอีกว่า ได้เห็นอะไรบ้าง รู้สึกอะไรบ้าง แล้วก็พลอยอนุโมทนา กับอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติว่า ดีแล้วถูกแล้ว ให้ทำต่อไปเถิด แล้ววันหนึ่ง ก็จะเกิดปัญญาบรรลุธรรม

ส่วนพวกปัญญาวิมุตติ ที่ใช้วิธี **"ตามรู้ ดูจิต"** (*ซึ่งเป็นวิธีที่ผู้เขียนไม่สันทัด*) แต่ฟังดูก็น่าจะเป็นวิธีที่ดี น่าที่จะทำให้ท่านได้ไปอยู่จังหวัดตากสมความปรารถนา เพราะท่านเล่าว่า ท่านจะเฝ้าดูจิตไม่ให้ **"ส่งจิตออกนอก"** นอกจากนั้น เวลาโกรธ ท่านก็จะตามรู้ว่า โกรธแล้วนะ แล้วสักพักความโกรธก็หายไป เวลาเกิดอารมณ์

ใดขึ้นมา ท่านก็จะตามรู้ว่า มันเกิดขึ้นมาแล้วนะ แล้วสักพักมันก็จะหายไป

ดังที่บอกไว้แล้วว่า ผู้เขียนไม่สันทัดวิธีนี้ ผู้เขียนก็ได้แต่มานั่งสงสัยว่า จะมีใครไหมหนอ ที่เวลาเกิดความโกรธขึ้นมา (*แต่ไม่ได้ตามรู้ว่าโกรธแล้วนะ*) แล้วความโกรธนั้นจะอยู่กับผู้นั้นได้ตลอดทั้งปีทั้งชาติไม่หายไปเลยหรือ ก็ในเมื่อพระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ทุกอย่างเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ไม่ใช่เหรอ ดังนั้นธรรมชาติ หรือ **"เวลา"** มันจะช่วยให้ความโกรธดับไปเองไม่ใช่หรือ แต่ก็มาได้รับคำอธิบายว่า ถ้าเรา *"ตามรู้ หรือดูจิตดูอารมณ์ของเรา"* ความโกรธมันจะดับไปเร็วกว่าที่ไม่ทำอย่างนั้น แต่เนื่องจากผู้เขียนเป็นพวกขี้สงสัย จึงได้ถามท่านเหล่านั้นว่า พอตามรู้จนมันดับไปแล้ว ต่อมามีเหตุการณ์ลักษณะนั้นเกิดขึ้นอีกแล้วท่านโกรธไหม ท่านก็ตอบว่า **"โกรธ แต่เมื่อท่านตามรู้ มันก็จะหายไปโดยเร็ว ไม่เหมือนกับสมัยก่อนที่ท่านยังไม่ได้ปฏิบัติวิธีนี้ ความโกรธจะอยู่กับท่านนานถึงนานมาก"**

*ตกลงการตามรู้นี้ จะถือว่าเป็นการทำให้ความโกรธนั้นดับในลักษณะที่สอดคล้องกับ **"การดับ"** ที่พระพุทธองค์ทรงกล่าวถึงในอริยสัจจ์ ๔ หรือไม่ ขอท่านผู้มีสติปัญญาแก่กล้าช่วยตอบเป็นธรรมทานให้กับผู้เขียนด้วยเถิด ผู้เขียนแยกไม่ออกจริง ๆ*

ผู้เขียนคิดว่า จริงๆแล้ว การตามรู้ ดูจิต นั้น น่าจะเป็นวิธีที่ดีที่ถูกต้อง เพราะเคยได้อ่านพบในหนังสือว่า พระอริยสงฆ์หลายท่านก็ใช้วิธีนี้ แล้วท่านก็ไปถึงจุดหมายปลายทาง แต่อาจเป็นไปได้ว่า ผู้ที่เอามาถ่ายทอดต่อ ๆ กันมานั้น อาจเอามาไม่ครบถ้วนกระบวนการ เช่นเดียวกับพวกที่ชอบนั่งสมาธิ แล้วมัวเพลินกับความสงบ ไม่ได้เอาปัญญามาพิจารณาข้อธรรม เพื่อให้เข้าถึงสัจธรรมต่าง ๆ ที่พระพุทธองค์นำมาสอน (มั้ง) คือไม่ได้ทำตามครูบาอาจารย์ให้ครบวงจร

ผู้เขียนขอย้ำอีกเป็นครั้งที่ร้อยว่า ผู้เขียนสติปัญญาน้อยนัก แต่เนื่องจากเป็นคนช่างสงสัย และชอบคิดวิเคราะห์หาเหตุหาผล จึงได้คิดเรื่อยเปื่อยไปตามเรื่อง ผิดบ้าง ถูกบ้าง (**แต่คงจะผิดเสียมากกว่า**) หนังสือแต่ละเล่มที่เขียน ก็เขียนจากความรู้สึก ความคิดของตัวเอง ไม่ได้มีหลักวิชามายืนยันแต่อย่างใด เพราะผู้เขียนไม่ได้เป็น *“นักวิชาการ”* ความรู้ทางปริยัติน้อยมาก ๆ การปฏิบัติก็ยังไปไม่ถึงไหน เพียงแต่อยากจะมาชวนท่านผู้อ่านคุยด้วย เพราะผู้เขียนคุยกับตัวเองอยู่ตลอดเวลาก็ชักรู้สึกเบื่อ ๆเซ็ง ๆ จึงอยากหาเพื่อนคุยเท่านั้นแหละ จึงขอให้ท่านผู้อ่านได้ทราบไว้ด้วยว่า ข้อเขียนต่าง ๆ ที่เขียนขึ้นมานี้ ไม่ได้เขียนมาให้ **“ท่านเชื่อ”** แต่อย่างใด เพียงแต่มา **“เล่าสู่กันฟัง”** ว่าผู้เขียนคิดอย่างไรเท่านั้นเอง

คิดอย่างไร ก็ทำอย่างนั้น

ธรรมชาติของมนุษย์นั้น เมื่อคิดอย่างไร ก็มักจะพูดหรือทำอย่างที่คิด และในความจริงแล้ว ก่อนจะคิด จะต้องมี **"ความเห็น"** เสียก่อน ขอย้ำอีกทีว่า ความเห็นนี้ ภาษาโลกเรียกอีกอย่างว่า **"ทัศนคติ"** ภาษาธรรม เรียกว่า **"ทิฏฐิ"**

ผู้เขียน มีความเห็นจริงตามที่หลวงพ่อทูลสอนว่า การปฏิบัติธรรมคือการพัฒนากาย วาจา และ ใจ โดยเอาจากง่ายไปหายาก นั่นคือ พัฒนา กาย วาจา ให้ได้ก่อน เปรียบเทียบกับธรรม ๓ ข้อของพระพุทธองค์ ก็เห็นจริงว่า การไม่ทำบาปทั้งปวง ง่ายกว่าการทำกุศลให้ถึงพร้อม และง่ายกว่าการชำระจิตให้ขาวรอบมาก เมื่อมีความเห็นเช่นนี้ ผู้เขียนก็มานั่งคิดว่า **แล้วเราจะทำอย่างไรล่ะ** ถึงจะพัฒนากาย วาจาของเราได้ ไม่ใช่นึกอยากจะทำ อยากจะพูดตามใจอย่างแต่ก่อน เมื่อมานั่งพิจารณาไตร่ตรอง **(ไม่ใช่นั่งสมาธิเอาความสงบ)** ก็คิดได้ว่า พระพุทธองค์ทรงวางแนวทางปฏิบัติไว้ให้เราอย่างดีแล้ว นั่นคือ มรรคมีองค์ ๘ ที่เราเรียกอีกอย่างว่า

"หนทางอันประเสริฐ" นั่นไงเล่า จะมัวคิดหาหนทางอื่นให้ปวดหัวอีกทำไม ก็ในเมื่อพระตถาคตเจ้าได้ทรงเมตตา **"ชี้แนวทาง"** ไว้ให้อย่างดีแล้ว เราก็เพียงแต่เดินตามทางที่พระพุทธองค์ทรงวางแนวไว้ให้เท่านั้นก็จะไปถึงจุดหมายปลายทางได้โดยง่าย

หนทางอันประเสริฐที่พระพุทธองค์ทรงวางไว้ให้ แบ่งเป็น ๓ หมวดคือ ปัญญา ศีล และ สมาธิ

หมวดแรกที่เป็นปัญญานั้นคือ

๑. สัมมาทิฏฐิ (ความเห็นที่ถูกต้อง)

๒. สัมมาสังกัปโป (ความคิดที่ถูกต้อง หรือพูดง่ายๆ คือ "คิดเป็น")

หมวดที่ ๒ คือศีลหรือความเป็นปกติของมนุษย์ โดยเฉพาะผู้ปฏิบัติธรรมจะต้องปฏิบัติให้ได้ คือ

๑. สัมมาวาจา (การสำรวมในคำพูด หรือพูดง่ายๆ คือ *"พูดให้เป็น"*)

๒. สัมมากัมมันโต (การสำรวมในการกระทำ หรือพูดง่ายๆ คือ *"ทำให้เป็น"*)

๓. สัมมาอาชีโว (การสำรวมในการดำรงชีพ หรือพูดง่ายๆ คือ *"อยู่ให้เป็น ทำหน้าที่ให้ถูกต้อง"*)

หมวดที่ ๓ คือสมาธิ หรือความมุ่งมั่น

๑. สัมมาวายาโม (มีความเพียรในทางที่ถูกต้อง หรือพูดง่ายๆคือ *"ขยันให้เป็น"*)

๒. สัมมาสติ (มีสติที่จะรับมือกับเหตุการณ์ได้อย่างดี หรือพูดง่ายๆ คือ *"รับมือให้เป็น"*)

๓. สัมมาสมาธิ (มีสมาธิแน่วแน่ที่จะพัฒนาตัวเอง หรือพูดง่ายๆ ว่า *"มุ่งมั่นไปให้ถูกทาง"*)

ด้วยสติปัญญาที่น้อยนิด ก็คิดเปรียบเทียบได้เพียงว่า ในการขับรถไปบนเส้นทางใด ถ้าทางการเขากำหนดว่า ให้รถเดินทางเดียว (*วันเวย์*) แล้วเราขับย้อนศรเข้าไป นอกจากจะผิดกฎจราจรแล้ว เราอาจได้รับอันตรายถึงชีวิตได้ หากรถที่เขาวิ่งมาตามปกติไม่เห็นเราหรือหลบไม่ทัน

ฉันใดก็ฉันนั้น หนทางอันประเสริฐที่พระตถาคตเจ้าวางไว้ให้ โดยเรียงจากสัมมาทิฏฐิและมาจบที่สัมมาสมาธิ ก็น่าจะหมายความว่าให้เราปฏิบัติตามขั้นตอนทั้ง ๘ ขั้นนี้ ทีละขั้นทีละตอน หากปฏิบัติในลักษณะกระโดดข้ามขั้น จะทำได้หรือไม่นั้น ผู้เขียนสติปัญญาน้อยเกินกว่าที่จะตอบได้ หรือยิ่งถ้ามีการปฏิบัติย้อนศร คือเริ่มจากการทำสมาธิ หรือ ฝึกสติ กันเลย จะทำได้โดยไม่มีอันตรายหรือเปล่า

ผู้เขียนก็ไม่สามารถตอบได้เช่นกัน บอกได้แต่เพียงว่าไม่ผิดกฎจราจรก็แล้วกัน

สิ่งที่ผู้เขียนทำ ก็คือเชื่อฟังคำเตือนของหลวงพ่อทูลที่ว่า *"ศึกษาให้เข้าใจถูกต้องตามหลักความจริงที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว* **อย่าปฏิบัติแหวกแนวนอกเหนือไปจากมรรค ๘"**

พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า **"ธรรมทั้งมวลรวมลงที่สัมมาทิฏฐิ"** หลวงพ่อทูลจึงได้ย้ำว่า **"หากยังไม่มีสัมมาทิฏฐิแล้ว อย่าเพิ่งปฏิบัติธรรม เพราะสิ่งที่ทำไปนั้น จะกลายเป็น "มิจฉา" หมด"** แต่หลวงพ่อก็ไม่ได้บอกชัดเจนว่า เมื่อสิ่งที่ทำไปนั้นกลายเป็นมิจฉาหมดแล้วอะไรจะเกิดขึ้น ผู้เขียนก็ได้แต่คิดเอาเองว่า พวกที่ **"เพี้ยน ๆ"** นั้นเป็นไปได้ไหมหนอว่า เพราะ **"ขับรถย้อนศร"** *เอ.... หรือผู้เขียนจะเพี้ยนไปเสียเองก็ไม่รู้ ขออย่าได้ถือสาเลย ได้บอกแล้วว่าคนเรานั้นคิดอย่างไรก็ทำอย่างนั้น ผู้เขียนคิดอะไรได้ ก็เขียนออกมาดุ่ยๆ อย่างนั้น ไม่ได้มีความรู้หรือหลักวิชาใด ๆ ทั้งสิ้นดอก*

ความเห็นที่ถูกต้อง

หลวงพ่อทูลท่านสอนไว้ว่า **"สัมมาทิฏฐิเป็นจุดเริ่มต้นของการปฏิบัติธรรม"** ดังนั้นผู้เขียนจึงมานั่งคิดว่า *สัมมา แปลว่า ถูกต้อง ทิฏฐิ แปลว่า ความเห็น* ดังนั้น สัมมาทิฏฐิก็คือ **ความเห็นที่ถูกต้อง**นั่นเอง แต่ปัญหาก็คือ "ถูกต้องตามความเห็นของใครล่ะ" เพราะแต่ละคนก็ว่าความเห็นของตัวเองถูกต้องทั้งนั้น เมื่อได้อ่านหนังสือเรื่อง "**สัมมาทิฏฐิ**" ของหลวงพ่อจบทั้ง ๓ เล่ม ก็ถึงบางอ้อว่า ความเห็นที่ถูกต้องนั้น หมายถึงถูกต้องตรงกับความเป็นจริงที่เป็นอยู่ตามธรรมชาตินั่นเอง เพราะธรรมะคือธรรมชาติ

สิ่งที่พระพุทธเจ้านำมาสอนสาวกของท่าน ก็คือความจริงทั้งหมดที่เกิดขึ้นและเป็นไปตามกฎของธรรมชาติ และความจริงข้อหนึ่งที่สิ่งที่มีชีวิตและมีวิญญาณครองทั้งหลาย (*คือมนุษย์เรา*) จะต้องเรียนรู้และยอมรับก็คือ เราจะต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในโลกนี้ อย่างไม่มีที่สิ้นสุด ตราบใดที่ยังไม่สามารถชำระจิตให้บริสุทธิ์จากกิเลสอาสวะทั้งปวง (ตามธรรมข้อ ๓) และการที่จะไปเกิดอยู่ในภพ

ภูมิใดในแต่ละชาติ ก็เป็นไปตามกฎแห่งกรรม ซึ่งเป็นกฎของธรรมชาติที่สิ่งมีชีวิตและมีวิญญาณครองทั้งโลกนี้ จะต้องอยู่ภายใต้กฎนี้ทั้งสิ้น ไม่ว่าจะอยู่ในอัตภาพของพรหม เทวดา มนุษย์ สัตว์เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย ไปจนถึงสัตว์นรก (*ไม่ใช่เฉพาะมนุษย์ที่เรียกตัวเองว่าเป็นชาวพุทธเท่านั้น*)

พระพุทธองค์จึงทรงสอนว่า อย่าทำบาป เพื่อจะได้มาเกิดอยู่ในภพภูมิที่ดี และให้ทำกุศลให้ถึงพร้อม เพื่อจะได้มีต้นทุนสูงตามมาด้วย นอกจากนี้หากเราทำตามธรรมข้อ ๓ ได้ ก็มีโอกาสที่จะเข้าสู่เส้นทางแห่งพระนิพพาน จะลดจำนวนการที่จะต้องกลับมาเกิดในโลกนี้อีก แล้วแต่ว่าจะบรรลุธรรมขั้นไหน ถ้าบรรลุขั้นพระโสดาบันก็จะกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกไม่เกิน ๗ ชาติ พระสกิทาคามี ก็จะกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกชาติเดียว พระอนาคามีก็จะไปเป็นพรหมอยู่ชั้นสุทธาวาสแล้วเข้านิพพานที่นั่น ถ้าบรรลุอรหันต์ในชาตินี้ ก็เป็นอันจบสิ้นกันไปเลย ไม่มีการเวียนว่ายตายเกิดอีกแล้ว พ้นทุกข์โดยสิ้นเชิง

การเวียนว่ายตายเกิดนั้น ไม่มีใครที่จะไม่มีความทุกข์ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ทุกข์เท่านั้นที่เกิดขึ้น ทุกข์เท่านั้นที่ตั้งอยู่และทุกข์เท่านั้นที่ดับไป และพระองค์ก็ทรงบอกว่า การเกิดทุกคราวเป็นทุกข์ร่ำไป เมื่อมีความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงเช่นนี้ ก็

จะเข้าใจว่า **การเกิดเป็นต้นเหตุของความทุกข์ ผู้ที่มีปัญญาก็จะหาทางที่จะไม่กลับมาเกิดอีก**

ไม่ใช่ไปดีอกดีใจกับการเกิดของใครก็ตาม หรือเฉลิมฉลองกันอย่างสนุกสนานในวาระที่ครบรอบวันเกิดของตัวเอง หรือของใครต่อใคร

โดยหารู้ไม่ว่านั่นคือความเห็นที่ผิด เป็น**มิจฉาทิฏฐิ**

เรียกว่าเป็นพวกที่**เกิดมาเพื่อจะตายแล้วก็เกิด แล้วก็ตายไม่มีที่สิ้นสุด**

นอกจากนี้ เราจะต้องมีความเห็นที่ถูกต้องว่า พวกที่เกิดในอบายอย่างสัตว์เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย และสัตว์นรก คือพวกที่เกิดมาเพื่อชดใช้กรรมอย่างเดียว

มนุษย์ไม่ได้เกิดมาเพียงเพื่อชดใช้กรรมอย่างเดียวแบบพวกนั้น แต่เกิดมาเพื่อจะได้บำเพ็ญบารมีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป จนถึงขั้นที่ไม่ต้องกลับมาเกิดอีก

เรียกว่าเป็นพวกที่เกิดมาเพื่อจะไม่เกิดอีก หรือให้เหลือชาติที่จะเกิดน้อยที่สุดเท่าที่จะสามารถบำเพ็ญบารมีได้ในชาตินี้ เพราะมนุษย์เท่านั้นที่อยู่ในสถานะที่จะทำสิ่งเหล่านี้ได้ ถ้าได้อัตภาพอื่นเป็นอันว่าหมดสิทธิ์

ต้องเข้าใจให้กระจ่างว่า ที่ผ่านมาเราถูกกิเลส ตัณหา อุปาทาน หลอกตลอดเวลา

เพราะจิตยังโง่ รู้ไม่ทันกิเลส

ให้ยอมรับและรู้ตามความจริงว่า **ไม่ควรฝืนที่จะให้ทุกอย่างเหมือนเดิมไม่มีการเปลี่ยนแปลงตามที่ใจปรารถนา หรือคิดว่าทุกอย่างจะต้องเป็นไปตามที่เราอยากให้เป็น และจะต้องอยู่กับเราเป็นของเราไปชั่วฟ้าดินสลาย อย่างที่เราถูกกิเลส ตัณหา อุปาทานหลอกเรามาตลอดชีวิต ให้หลงเข้าใจอย่างนั้น**

ต้องใช้ปัญญามองให้เห็นความเป็นจริงแท้ในโลกนี้ที่เรียกว่า "ปรมัตถสัจจะ" แล้วหาอุบายมาสอนใจให้ฉลาด ให้รู้เท่าทันกิเลส ตัณหา อุปาทานทั้งหลาย ให้ใจยอมรับกฎแห่งกรรม ให้เห็นจริงตามกฎของ ไตรลักษณ์ นั่นคือทุกอย่างต้องเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา หาความเที่ยงแท้แน่นอนไม่ได้ ทุกอย่างเป็นทุกข์ ทุกอย่างจะต้องเสื่อมไป เพราะไม่สามารถทนอยู่ในสภาพเดิมได้ และในที่สุดทุกอย่างจะต้องสูญสลายกลับคืนสู่สภาพเดิมไม่เหลืออะไร

มีความเห็นที่ถูกต้องว่า **ปัญญาเท่านั้นที่เอาชนะกิเลสได้ สมาธินั้นเป็นเพียงอุบายที่จะใช้หลบหลีกเล่นเอาเถิดเจ้าล่อกับกิเลสได้ชั่วครั้งชั่วคราวเท่านั้นเอง**

สัมมาทิฏฐิจึงเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญอย่างยิ่งของการปฏิบัติธรรม **เพราะเป็นการเปลี่ยนความเห็นที่ผิด** *(มิจฉาทิฏฐิ)* **ที่ติดอยู่ในสมองมาตั้งแต่จำความได้** *(หรือที่จริงแล้วติดมากับจิตวิญญาณตั้งแต่ชาติก่อน ๆ ด้วยซ้ำไป)* **และยังมาถูกครอบงำโดยสิ่งต่างๆ ที่มนุษย์ทั้งโลก กำหนดขึ้นมา สร้างขึ้นมา เพื่อใช้เป็นกติกาสังคมโลก** *(ที่เรียกว่าสมมติสัจจะ)***อีกต่างหาก ผู้ปฏิบัติธรรมจึงต้องเปลี่ยนมิจฉาทิฏฐิให้มาเป็นสัมมาทิฏฐิเสียก่อน เพื่อจะได้เป็นไปตามธรรมชาติของมนุษย์ ที่พระตถาคตเจ้าได้ทรงเมตตาบอกเราว่า**

มนุษย์เรานั้น เมื่อมีความเห็นอย่างไร ก็จะคิดอย่างนั้น

คิดเป็น

เมื่อเรามีความเห็นที่ถูกต้องตรงกับความเป็นจริงตามกฎของธรรมชาติแล้ว ความคิดของเราก็จะเป็นความคิดที่ถูกต้องตรงกับความเป็นจริงตามกฎของธรรมชาติเช่นกัน พูดง่าย ๆ ก็คือ **คิดได้หรือ คิดเป็น** นั่นเอง ประการแรกเลยก็จะ **คิดได้ว่า** เราไม่สามารถฝืนกฎของธรรมชาติได้ หากเราจะยังคิดแบบเดิม คือตามความอยากหรือความไม่อยากของเรา คิดจะให้ได้ดังใจทุกอย่าง เราก็จะพบแต่ความทุกข์ใจอย่างแน่นอน เพราะทุกอย่างที่จะเกิดขึ้นในแต่ละวินาทีนั้น มันเป็นไปตามเหตุ ปัจจัย ตามธรรมชาติ ตามกฎแห่งกรรม มันไม่ได้เป็นไปตามความอยากหรือความไม่อยากของใครทั้งสิ้นในโลกนี้

เราอุตส่าห์ผันตัวเองมาเป็นผู้ปฏิบัติธรรมแล้ว ต้องคิดให้ได้คิดให้เป็น รู้จักพัฒนา**สุตมยปัญญา**คือความรู้ที่ได้จากการอ่านการฟัง ให้เป็น**จินตามยปัญญา** คือนำความรู้นั้นมาคิด มาพิจารณาให้กระจ่าง ด้วยการใช้ปัญญาของเราเอง **โดยหาอุบายมาสอนใจ**

หาพยานหลักฐานที่เห็นอยู่ทุกเมื่อเชื่อวันในโลกสมมตินี่แหละมาคิดให้เป็น ว่าแท้ที่จริงแล้วมันเป็นอะไรแน่

สมัยก่อนเราจะมองตามสมมติสัจจะ**เท่าที่ตาเห็น** ว่ามันเป็นนั่น เป็นนี่ แล้วก็ปล่อยให้ผ่านไป หรือหากจะคิด ก็คิดแบบโลก ๆ คือ ชอบ หรือไม่ชอบ สวย หรือ ไม่สวย ฯลฯ แต่ไม่ได้**มองด้วยปัญญา** ให้เห็นลึกลงไปถึงปรมัตถสัจจะ ว่าแท้จริงแล้ว มันก็เป็นเพียงธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ที่มารวมตัวกันแล้วมาสมมติเรียกกันว่าอย่างนั้น อย่างนี้ คนนั้นว่าอย่างนี้สวย แต่บางคนก็ว่าไม่สวย คนนั้นชอบสิ่งนี้ แต่คนนี้ไม่ชอบ แต่ในที่สุดแล้ว ไม่ว่าสิ่งนั้นจะสวยหรือไม่สวย ใครจะชอบหรือไม่ชอบ เมื่อถึงเวลา มันก็จะเสื่อมสลายกลายเป็นธาตุ ๔ คืนธรรมชาติไปเท่านั้นเอง

ฝึกมองด้วยปัญญาสัมมาทิฏฐิ มีโอกาสคิด แล้วต้องคิดให้ถูกต้อง คิดให้เป็นว่า เมื่อสร้างเหตุอะไรไว้ ย่อมจะต้องได้รับผลอย่างนั้น ถ้าอยากได้ผลดีก็ต้องสร้างแต่เหตุดี หากสร้างเหตุไม่ดีผลที่ได้ก็ต้องไม่ดี เพราะทุกอย่างเป็นไปตามกฎแห่งกรรม ไม่มีใครจะยิ่งใหญ่ไปกว่ากฎแห่งกรรม แม้แต่พระพุทธองค์ก็ทรงต้องอยู่ภายใต้กฎนี้เหมือนกันกับสิ่งที่มีชีวิตและมีวิญญาณครองทุกดวง ดังที่ได้กล่าวในบทก่อนว่า เราจะไม่ตกอยู่ภายใต้กฎแห่งกรรมก็ต่อเมื่อเราปฏิบัติธรรมไปจนถึงขั้น **"พ้นโลก"** ได้เท่านั้น

แต่ส่วนใหญ่เรามักสร้างเหตุ แล้วพยายามปฏิเสธผล

คือสร้างเหตุไม่ดี แต่พอผลไม่ดีออกมากลับไม่ยอมรับ เอาแต่โวยวายโทษโน่นโทษนี่วุ่นไปหมดว่าเป็นเพราะนั่น เพราะนี่ จึงทำให้เราต้องมาเป็นอย่างนี้ ไม่เคยคิดที่จะยอมรับว่า สิ่งที่เกิดกับเราขณะนั้น ก็เพราะกรรมที่เราทำไว้ มันถึงเวลาส่งผลให้เรานั่นเอง **(จะทำไว้ตั้งแต่เมื่อไร ไม่มีใครบอกได้)**

อย่างไรก็ตาม เราต้องตระหนักในเรื่องของ**การส่งผลของกรรมให้ดี** มิฉะนั้นแล้วอาจเกิดความลังเลสงสัยว่า อุตส่าห์ประกอบแต่เหตุดี แต่ทำไมผลออกมาไม่ดี **ต้องอย่าลืมว่าการส่งผลของกรรมนั้นลึกลับซับซ้อน และมีกาลเวลา** เหตุดีที่เรากระทำขึ้น**อาจยังไม่ทันให้ผล** แต่เหตุไม่ดีที่เคยทำไว้ตั้งแต่สมัยก่อนหรือชาติก่อน เกิดได้จังหวะจึงส่งผลตอนนั้นก็ได้ ซึ่งเราไม่เข้าใจ เลยไปคิดว่า

เอ...อุตส่าห์ประกอบเหตุดีแล้ว แต่ทำไมผลออกมาไม่ดี

ขอให้ท่านผู้อ่านทำความเข้าใจตรงนี้ให้ชัดเจนจะได้ไม่สับสน

ใครประกอบเหตุอย่างไร ก็จะต้องได้ผลอย่างนั้นแน่นอน เพียงแต่ รอจังหวะเวลาที่กรรมจะส่งผลเมื่อไรเท่านั้นเอง ดังนั้น สิ่งที่เราจะสอนใจเราก็คือ ให้คิดให้เป็นว่า ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น ดีหรือไม่ดีก็ตาม ต้องทำใจให้ยอมรับให้ได้ และการจะ **"ทำใจให้ยอมรับได้"**

ก็ต้องมีความเห็นที่ถูกต้องและคิดเป็น หรือ *คิดเป็น เพราะเห็นถูก* นั่นเอง

ทุกลมหายใจ จึงต้องคิดหาวิธีที่จะสอนใจตัวเองให้**ยอมรับกฎของธรรมชาติ** ไม่ใช่ปล่อยให้คิดตามใจตัวเองอย่างเดิม ให้รู้ทันว่า แต่ก่อนนั้นเป็นเพราะ**เรามีความเห็นผิด เราจึงคิดผิด** คิดไปตามกระแสโลก คิดไปตามที่กิเลส คือโลภ โกรธ หลง บงการ ให้เราอยากได้ อยากมี อยากเป็น ตามความใฝ่ฝัน โดยไม่ได้ยอมรับความจริงว่า สิ่งต่างๆเหล่านั้นจะก่อให้เกิดทุกข์ โทษ ภัย อย่างไร กิเลสมันบงการให้เราหงุดหงิด รำคาญ ไม่พอใจ โกรธ ฯลฯ ในเวลาที่ทุกอย่างไม่เป็นไปตามความปรารถนาของเรา กิเลสมันบงการให้เราหลงติดในกาม คือ ความพอใจ ความสุขทั้งหลาย ที่พยายามเสาะหามาปรนเปรอ ไม่ว่าจะเป็นทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และรวมไปถึงใจด้วย

หลงคิดว่า สิ่งเหล่านั้นคือ "**ความสุข**" ที่เป็นเรื่องปกติที่มนุษย์ทุกคนจะต้องไขว่คว้าหา แต่ไม่เคย "**ได้คิดให้เป็น**" ว่า กว่าจะได้สิ่งเหล่านั้นมา ต้องทุกข์ยากลำบากแค่ไหน และมันคุ้มค่าจริงหรือ

การที่จะเอาชนะกิเลสตัณหาได้ จึงต้องใช้ปัญญาของตัวเอง ต้องฝึกสร้างปัญญาขึ้นมา ไม่ใช่ลอกเลียนปัญญาของผู้อื่น

ต้องรู้ว่าจิตของเราเป็นอย่างไร

จะใช้อุบายอะไรมาสอน จิตจึงจะฟัง จะเชื่อ

จะสอนด้วยคำพูดดีๆ ที่ภาษาพระท่านเรียกว่าปัคคหะ คือการปลอบ ให้กำลังใจ

จะต้องดุว่า ที่เรียกว่า นิคคหะคือการขู่เข็ญ ดุด่า

หรือจะต้องทั้งขู่และปลอบ

หลวงพ่อทูลบอกว่า

"กิเลสตัณหากำลังเกาะใจอย่างเหนียวแน่น เหมือนกับงูที่คาบเขียดกำลังจะกลืน จะบอกให้งูคายออกมาด้วยคำพูดนุ่มนวล อ่อนหวาน งูก็ไม่ยอมปล่อยวาง จึงให้ใช้วิธีตะคอก ดุด่า ตบตี ให้งูเกิดความตกใจกลัว งูจึงจะวางเขียดออกไปได้"

เราจึงต้องหาให้เจอว่า จริตของเราเป็นอย่างไร เรื่องไหนที่เราต้องขู่ เรื่องไหนที่เราจะใช้วิธีปลอบ

เหมือนเวลาที่จะสอนลูกสอนหลาน เราก็ต้องรู้วิธีว่าจะพูดอย่างไร จะสอนอย่างไร เขาถึงจะเชื่อฟัง ตอนไหนจะใช้วิธีปลอบ ตอนไหนจะใช้วิธีขู่ ก็ต้องเรียนรู้จริตนิสัยของลูกเราว่าเขามีนิสัยอย่างไร

แต่ที่แน่ ๆ คือ ไม่ใช่เรียกลูกหรือหลานมา แล้วก็บอกให้นั่งหลับตาบริกรรมคำนั้นคำนี้ ๒๐ นาที ๓๐ นาที จากนั้นก็ให้ไปวิ่งเล่นตามเดิม แล้วลูกหลานจะรู้ผิดรู้ถูกได้อย่างไร

ฉันใดก็ฉันนั้น **ต้องใช้ปัญญาสอนจิตตัวเอง ไม่ใช่ใช้วิธีนั่งสมาธิทำจิตให้นิ่ง ให้ว่าง โดยไม่สอนอะไรเลย แล้วจิตจะได้ข้อมูลที่ถูกต้องมาจากไหน** *ชาวลับแลทั้งหลาย ที่หาทางออกไม่เจอ ได้แต่วกไปเวียนมา ก็เพราะท่านจะเอาแต่ความสงบความสุขในการนั่งสมาธิ แต่ท่านไม่สอนจิตของท่านให้มีความเห็นที่ถูกต้อง และรู้จักคิดให้เป็นนี่แหละ จึงหาทางที่จะไปจังหวัดตากไม่ได้สักที* **(มั้ง)**

นอกจากนี้ เรายังต้องหมั่นคิดสอนตัวเองให้ยอมรับความเป็นจริงว่า ในโลกนี้มันมี ๒ ด้าน

มีดี มีเลว มีสมหวัง มีผิดหวัง มีสิ่งที่เราชอบ มีสิ่งที่เราไม่ชอบ

เราจะหวังแต่สิ่งที่ดี ที่สมหวัง ที่เราชอบ ย่อมเป็นไปไม่ได้ ทุกอย่างมันจะต้องเป็นไปตามเหตุ ตามปัจจัย เป็นไปตามกฎแห่งกรรมนั่นเอง ไม่มีใครที่จะได้แต่สิ่งที่ดี ที่สมหวัง ที่ชอบทุกอย่างไปในชีวิตนี้ เพราะไม่มีมนุษย์คนไหนที่ไม่เคยสร้างกรรมชั่วเลยในชาติก่อน ๆ รวมทั้งในชาตินี้ด้วย ดังนั้นในบางจังหวะ เมื่อถึงเวลาที่กรรมชั่วนั้นส่งผล เขาก็จะต้องพบกับสิ่งที่ไม่ดี เช่นกันในโลกนี้ก็ไม่มีใคร

ที่จะได้แต่สิ่งที่ไม่ดี ผิดหวัง และพบแต่สิ่งที่ไม่ชอบตลอดชีวิต เพราะหากเขาสร้างกรรมชั่วมากมายขนาดนั้น เขาก็จะไม่มีสิทธิ์มาเกิดเป็นมนุษย์ในชาตินี้ แน่นอน

เมื่อเรามีความเห็นที่ถูกต้อง เราจึงควรหมั่นฝึกคิดให้เป็นว่า อะไรจะเกิดขึ้นกับเราก็ได้ ดีก็ได้ ไม่ดีก็ได้ เราไม่สามารถบังคับบัญชาให้ทุกอย่างเกิดขึ้นตามที่เราต้องการ ที่เราชอบ แต่เราสามารถฝึกใจเราให้ยอมรับทุกอย่างที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะดีหรือไม่ดี นั่นคือคิดอยู่ตลอดเวลาว่า ทุกอย่างมี ๒ ด้านเสมอ ทุกวินาที เราจะเจอด้านดีก็ได้ ด้านไม่ดีก็ได้ ทุกอย่างก็จะสลับกันไปเช่นนี้ เดี๋ยวดี เดี๋ยวไม่ดี ที่เราจะต้องทำคือ **ทำอย่างไร ใจเราจึงจะยอมรับความจริงนี้** เพื่อเราจะได้ไม่ทุกข์เมื่อต้องพบเจอกับสิ่งที่ไม่ดี และไม่เหลิง ไม่ลืมตัวเมื่อได้พบเจอกับสิ่งที่ดี

เมื่อมีความเห็นที่ถูกต้อง และคิดเป็น จิตของเราก็จะฉลาด ไม่ตกเป็นทาสของกิเลสตัณหาอุปาทาน ที่ครอบงำเรามาไม่รู้กี่ภพกี่ชาติอย่างแต่ก่อน ความทุกข์ใจของเราก็จะน้อยลงมาก

การจะต่อสู้กับกิเลสตัณหา อุปาทาน เพื่อให้จิตบริสุทธิ์จากพวกนี้ได้ จึงต้องเข้าใจให้ถูกต้องว่า

จิตจะมีความบริสุทธิ์ได้ด้วยปัญญา หรือดังคำบาลีที่ว่า **ปญฺญาย ปริสุชฺฌติ**

และต้องเป็นปัญญาที่เราพัฒนาขึ้นมาเองจากสุตมยปัญญา ซึ่งแต่ละท่านก็ต้องหาแนวของตัวเอง

*หลวงพ่อทูล*กล่าวว่า ในการฝึกสร้างปัญญานั้น เราต้อง**รู้จักใช้ความคิดให้เป็นประโยชน์** เพราะตัวความคิดเป็นตัวสร้างปัญหานานาประการ การจะแก้ปัญหาได้จึงต้องใช้ความคิดจากตัวมันเอง เรียกว่าหนามยอกต้องเอาหนามบ่ง เป็นการนำข้อธรรมที่เราได้อ่านได้ฟัง หรือได้สวดมนต์อยู่ทุกวันมาเป็นหลักปฏิบัติ **นั่งคิด เดินคิด** ด้วยสติปัญญาของเรา นำความจริงแท้ที่พบเห็นอยู่ทุกวันในชีวิตประจำวันมาคิดพิจารณา **น้อมเข้ามาให้ใจเราเห็น และเชื่อในความจริงแท้นั้น** เพราะความจริงนั้นย่อมเปิดเผยด้วยตัวของมันอยู่แล้ว เพียงแต่ปัญญาเรายังเจาะไม่ถึง หลวงพ่อย้ำสอนว่า **ถ้าคิดไม่เป็น ไม่มีความชำนาญ ธรรมะ ถึงจะอ่านทั้งวัน สวดทั้งวัน แต่ก็เอามาปฏิบัติไม่ได้**

ฉะนั้น เราจึงต้องหัดคิดใหม่ ไม่ไปคิดตามสมมติของโลกอย่างที่เคยคิด ต้องหัดคิดให้ถูก คิดให้ตรงกับความเป็นจริงแท้ของธรรมชาติ ใช้ปัญญาพิจารณา ให้รู้เห็นเป็นไปตามความเป็นจริงกับสิ่งที่เป็นอยู่ตามธรรมชาติในชีวิตประจำวันให้ชัดเจน ให้รู้เห็นด้วย

เหตุและผล ให้เป็นไปตามอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยสติปัญญาของตัวเอง และเมื่อดำริเช่นนี้บ่อย ๆ พิจารณาบ่อย ๆ ความเข้าใจผิดความเห็นผิดก็จะค่อยจางออกจากใจ จิตที่เคยมืดบอด ก็จะค่อยๆ สว่างขึ้นด้วยแสงแห่งปัญญา ดังคำที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ***นัตถิปัญญา สมาอาภา*** แสงสว่างเสมอด้วยปัญญาไม่มี

พูดให้เป็น

ธรรมชาติของมนุษย์เรา เมื่อคิดอะไร ก็อยากจะพูด หรืออยากจะทำตามความคิดนั้น มีไม่น้อยเหมือนกันที่เราไม่พูดหรือไม่ทำอะไร เพียงแค่คิดเฉยๆ แต่สังเกตให้ดีว่า หากเรา คิดเรื่องไหนบ่อย ๆ คิดซ้ำ ๆ ในที่สุดก็อดไม่ได้ที่จะพูด หรือทำตามความคิดนั้น ตามตำราท่านว่า คิดอะไรบ่อย ๆ ก็จะพูดหรือทำสิ่งนั้น พูดหรือทำสิ่งนั้นบ่อย ๆ ก็จะเกิดเป็นความเคยชิน บ่อยมากขึ้นไปอีกก็จะกลายเป็นนิสัย บ่อยมากขึ้นไปอีกก็จะกลายเป็นสันดาน นี่คือวิวัฒนาการจาก **"ความคิด"** ของมนุษย์ ที่เพิ่งจะนำมาทำวิจัย พิสูจน์ความจริงที่พระพุทธเจ้าทรงสอนมาสองพันกว่าปีแล้ว พระพุทธองค์ทรงทราบดีว่า ความคิด เป็นต้นเหตุนำไปสู่คำพูดและการกระทำ ถ้าคิดดี ก็จะพูดดี ทำดี ถ้าคิดไม่ดี ก็จะพูดไม่ดี ทำไม่ดี เพราะมันเป็นเหตุ เป็นปัจจัยต่อกัน

ในทางโลกนั้น เรามักจะ **"วัดผล"** กันที่ **"การกระทำ"** มากกว่า **"คำพูด"** เพราะเราพบเห็นกันอยู่เป็นประจำว่า คนส่วนใหญ่ **"ดีแต่พูด"** แต่ไม่ทำตามที่พูด ดังนั้น เราจึงประเมินค่าของคนที่การกระทำ ดังคำที่ว่า **"ค่าของคนอยู่ที่ผลของงาน"**

มนุษย์ส่วนใหญ่จึง **"มองข้าม"** อิทธิพลของคำพูดไป ทั้ง ๆ ที่มีพยานหลักฐานให้เห็นอยู่บ่อย ๆ ว่า คำพูดของคนนั้น *(ไม่ว่าจะออกจากปากคนหรือปากกา)* สามารถที่จะทำลายอนาคต ทำลายชีวิตคนได้อย่างคาดไม่ถึง และในทางกลับกัน คำพูดของคนนั้น ก็สามารถจะพลิกฟื้นชีวิตของคนที่สิ้นหวัง หมดอาลัยตายอยากในชีวิต ให้กลับมารุ่งโรจน์อีกได้

พระพุทธเจ้าทรงตระหนักถึงอิทธิพลของคำพูดเป็นอย่างดี พระองค์จึงทรงกำหนดเรื่อง **"วาจา"** เป็นข้อแรกของหลักในการดำเนินชีวิตประจำวัน นั่นคือ **พูดให้เป็น** หมายความว่า พูดอะไรออกไปแล้ว ไม่ให้มีความเดือดร้อนเกิดขึ้น ทั้งขณะนั้นหรือในอนาคต

คนเรานั้นประกอบด้วย กาย วาจา ใจ และในความเป็นจริง**ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว** คือใจคิดอะไรก็จะสั่งให้กายทำอย่างนั้น สุดแต่ว่าจะเป็นไปในรูปของการกระทำหรือคำพูด หากเราสามารถสอนใจเราให้เป็นกุศล คิดแต่สิ่งที่ดี เป็นกุศล อยู่ตลอดเวลา (*ตามธรรมข้อ ๒ ของพระพุทธองค์*) คำพูดและหรือการกระทำของเราต้องดีเป็นกุศลแน่ ดังที่ทางโลก จะสอนกันอยู่เสมอว่า ให้ คิดดี พูดดี ทำดี แต่ในความเป็นจริงนั้น ส่วนใหญ่ก็ได้แต่สอน ได้แต่พูดกัน แต่ในทางปฏิบัติมักจะทำไม่ได้ **คือรู้หมดแต่อดไม่ได้** เพราะในโลกแห่งความเป็นจริงนั้น การที่อยู่ ๆ จะสั่งให้ใจเชื่อฟังเราด้วยการคิดดี คิดแต่สิ่งกุศลตลอดเวลา เพื่อที่จะให้ใจสั่งให้เรา พูดแต่สิ่งที่ดี

ทำแต่สิ่งที่ดี นั้น ไม่ใช่เรื่องที่แค่สอนหรือพูดกัน ไม่ใช่เรื่องง่ายเลย หรือจะพูดให้ถูกก็คือ เป็นเรื่องยากมากๆ ที่จะให้ใจเราเชื่อฟังเราแต่โดยดี ทุกอย่าง **เพราะใจเราเคยตกเป็นทาสของกิเลสตัณหามานับภพนับชาติไม่ถ้วน** และเหนือสิ่งอื่นใด ใจเราเคยชินกับการสั่งเรามากกว่าที่จะยอมฟังเรามาชั่วชีวิต

เวลาเราทำข้อสอบเราจะเลือกทำข้อง่ายหรือข้อยากก่อน ส่วนใหญ่ก็จะเลือกทำข้อง่ายเพื่อเก็บคะแนนไปก่อนใช่ไหม ฉันใดก็ฉันนั้น ขณะที่ยังไม่สามารถสั่งใจตัวเองได้ร้อยเปอร์เซ็นต์ ผู้เขียนจึงใช้วิธีสั่งวาจาไปพลางๆก่อน ไม่ว่าใจจะคิดอย่างไร อยากจะสั่งให้พูดอะไรออกมา ก็ใช้ความคิดที่ *"คิดเป็น"* สอนใจว่า อย่าพูดออกไปนะ เพราะมันจะมีความเดือดร้อนเกิดขึ้นแน่ๆ มันอาจไม่เกิดในขณะนั้นก็จริง แต่ในอนาคตหากใครรู้ว่าเราพูดสิ่งนี้ก็จะเกิดเรื่องแน่ หรือแม้จะไม่เกิดความเดือดร้อน แต่หากมันไม่มีประโยชน์อะไรกับใคร ก็ไม่พูดเสียดีกว่า เพราะหลวงพ่อทูลสอนไว้ให้รู้จัก **"ประหยัดคำพูด"** ดังคำโบราณที่ว่า **"พูดไป สองไพเบี้ย นิ่งเสียตำลึงทอง"**

นอกจากนี้ ผู้เขียนจะนั่งนึกภาพดอกไม้สวย ๆ ที่อยู่ตามร้านขายดอกไม้ เห็นภาพที่เจ้าของร้านจะหมั่นเอาน้ำเย็นพ่นเป็นฝอยใส่ดอกไม้เหล่านั้น เป็นครั้งคราวเพื่อให้ดอกไม้เหล่านั้นมีความชุ่มชื้นไม่เหี่ยวเฉาเร็ว แล้วผู้เขียนก็วาดภาพว่า อะไรจะเกิดขึ้นหาก

เจ้าของร้านกลับเอาน้ำร้อนไปราดที่ดอกไม้นั้น แทนที่จะใช้น้ำเย็นฉีดพ่นเป็นฝอยให้

ทุกท่านคงนึกภาพออกว่า จะเกิดอะไรขึ้นกับดอกไม้เหล่านั้นที่ถูกน้ำร้อนราด

ใจคนก็เปรียบเหมือนดอกไม้ หากต้องเผชิญกับวาจาที่เผ็ดร้อนเหมือนกับน้ำร้อนเดือดๆราดเข้าไป จะเป็นอย่างไรคงไม่ต้องบรรยาย

ดังนั้น ก่อนที่เราจะเอ่ยวาจาอะไรหลุดจากปากเราไป ให้ตรวจสอบให้แน่ใจว่าเป็นน้ำร้อนไปราดใจใครเข้าหรือเปล่า

นั่นคือ ให้รู้จัก ระวังเหตุ สังเกตผล ให้ดี

เพราะเมื่อสร้างเหตุแล้วไม่สามารถปฏิเสธผลได้ จึงต้องรู้ว่าหากพูดคำนี้ออกไปจะเกิดผลอะไร เป็นกุศลเป็นน้ำเย็นที่ไปประพรมหรือเป็นอกุศล เป็นน้ำร้อนที่ไปราดใจคนฟัง หากรู้ว่าจะเป็นน้ำร้อนก็ไม่ควรพูดออกไป เพราะเป็นอกุศลแน่นอน

คำพูดใดที่จะก่อให้เกิดผลทางกุศลจึงจะพูด อย่างนี้จึงจะเรียกว่าเรา “*พูดเป็น*” สมเป็นผู้ปฏิบัติธรรม ไม่ใช่ “*พูดได้*” เพราะไม่ได้เป็นใบ้

ทำให้เป็น

การกระทำแม้ว่าจะมีอิทธิพลน้อยกว่าคำพูดก็จริง แต่ในบางกรณีเพียงกิริยาท่าทางที่ไม่สมควรเพียงเล็กน้อยอาจทำให้กลายเป็นเรื่องใหญ่โตได้อย่างที่เราเคยได้ข่าวกันบ่อย ๆ ว่า มีคน ๒ กลุ่มมองกันไปมองกันมา (*โดยไม่ได้พูดอะไรสักคำ*) ก็เป็นชนวนถึงกับฆ่ากันได้ ดังนั้นพระพุทธองค์จึงได้ทรงสอนให้สำรวมในการกระทำของเรา นั่นคือให้ระมัดระวังกิริยาท่าทางตลอดจนสีหน้าแววตาให้ดี

เมื่อเราสามารถฝึกควบคุมคำพูดของเราได้แล้ว จากนั้นเราก็หันมาฝึกควบคุมการกระทำของเราหรือหากมีความสามารถพอจะฝึกควบคุมทั้ง ๒ อย่างพร้อมๆกันไปก็ได้ ความจริงแล้วก็ไม่ยากอะไร

เมื่อฝึกพูดให้เป็น ก็ต้อง**ฝึกทำให้เป็น**ด้วย

การกระทำ **ซึ่งรวมถึงสีหน้า ท่าทางและแววตา** นี้ก็เช่นกัน จะเป็นเสมือนน้ำเย็นไปประพรมดอกไม้หรือเป็นน้ำร้อนไปราดดอกไม้

ปกติคนเราก็มี ๒ ช่องทางที่จะแสดงกับคนอื่น คือทางวาจากับทางกาย

คำพูดที่ไม่ดีเปรียบเหมือนน้ำร้อนราดใจคนฟัง ฉันใด

การกระทำที่ไม่ดี ไม่ว่าจะเป็นแววตา สีหน้าหรือท่าทาง ก็เปรียบเสมือนน้ำร้อนราดใจผู้ที่ถูกกระทำ ฉันนั้น

เมื่อหมั่นสอนใจเราให้รู้จักระวังเหตุสังเกตผลทุกครั้งก่อนที่จะทำอะไรลงไป การกระทำทุกอย่างก็จะเป็นการกระทำที่เป็นไปในทางที่ถูกต้อง คือไม่มีความเดือดร้อนเกิดขึ้นไม่ว่าขณะนั้นหรือในอนาคต นั่นคือ **ทำเป็น** คือทำแบบผู้ปฏิบัติธรรม นั่นเอง

จริงอยู่ การปฏิบัติธรรมเพื่อชำระจิตให้บริสุทธิ์จากกิเลสนั้นเป็นเรื่องที่เราต้อง**แก้ที่ใจ** แต่ความเป็นจริงในทางปฏิบัติแล้วเป็นเรื่องของ ๓ อย่างคือ **กาย วาจา ใจ** หากมัวแต่ระวังที่ใจ แก้ที่ใจอย่างเดียวคงไม่สามารถทำได้ทันทีทันใด เพราะเป็นเรื่องยากมากๆ ดังที่ได้กล่าวไว้แล้วข้างต้น

เหมือนมีต้นไม้ต้นหนึ่งที่คอยสร้างความเดือดร้อนรำคาญให้กับเรา เพราะปลูกติดกับตัวบ้าน กิ่งจึงไประหลังคาบ้าน เป็นทางให้มดเดินเข้าบ้านเป็นอย่างดี ใบก็หล่นใส่รางน้ำ ทำให้น้ำฝนไหลย้อนเข้าไปในฝ้าเพดานสร้างความวุ่นวายไปหมด แถมใบก็ร่วงลง

เกลื่อนสนาม กวาดกันไม่หวาดไม่ไหว การแก้ปัญหาที่ต้นเหตุก็คือโค่นต้นไม้ต้นนี้ทิ้งเสีย แต่เราไม่มีเครื่องมือที่เหมาะสมพอจะโค่นได้ มีแต่มีดอยู่เล่มเดียว ดังนั้นสิ่งที่เราทำได้ ก็คือค่อย ๆ ลิดกิ่งไปตามกำลังที่มีดเล่มนั้นจะช่วยตัดได้ หมั่นตัดกิ่งเก่าให้หมดไป พอแตกกิ่งใหม่ออกมาก็รีบตัด ให้เหลือแต่ลำต้น เพื่อไม่ให้มีกิ่งไประหลังคาเป็นทางเดินของมด ใบก็ไม่มีจะหล่นไปทำให้รางน้ำอุดตัน หรือร่วงเกลื่อนสนามอย่างแต่ก่อน ขณะเดียวกันก็เพียรที่จะใช้มีดเล่มนั้นค่อยๆฟันต้นไปวันละเล็กวันละน้อย ตามกำลังความสามารถ ในที่สุดก็สามารถโค่นต้นไม้ต้นนั้นลงได้ แต่ระหว่างที่ยังโค่นไม่ได้ กิ่งและใบก็ไม่สามารถที่จะสร้างความเดือดร้อนรำคาญได้ดังสมัยก่อน

ฉันใดก็ฉันนั้น ระหว่างที่ยังไม่สามารถ**สั่งใจ**ได้ เนื่องจากใจยังเชื่อกิเลสตัณหาอยู่ ก็หันมาหาพวกให้กาย วาจา เป็นพวกกับเราก่อน **ด้วยการชวนให้มันดื้อ ให้มันลองดีกับใจ**

เมื่อรู้ว่าใจที่ถูกกิเลสตัณหาเสี้ยมสอน จะสั่งให้พูดอะไร ก็บอกวาจาอย่าไปเชื่อ ให้นิ่งเสีย ไม่พูดออกมา หรือหากเป็นไปได้ให้พูดตามที่เราสอน คือพูดเพราะ ๆ พูดด้วยน้ำเสียงที่อ่อนโยน คนฟังแล้วรู้สึกรื่นหู เวลาใจจะสั่งกายให้ทำอะไรผิดๆ ก็บอกกายว่าอย่าไปเชื่อ อย่าไปทำตามที่ใจสั่ง ให้อยู่เฉย ๆ หรือทำตามที่เราสอน คือมีสีหน้ายิ้มแย้ม แววตาเป็นมิตร และท่าทางที่อ่อนน้อมถ่อมตน ใจ

เราขณะนั้นจะเร่าร้อน อึดอัด เป็นอกุศลอย่างไร ไม่ต้องไปกังวล ปล่อยให้เป็นเรื่องของใจที่เราจะต้องมาจัดการเองในภายหลัง ตอนนั้นถือสุภาษิตที่ว่า **"น้ำขุ่นไว้ใน น้ำใสไว้นอก"** เอาไว้ก่อน

แน่นอน การที่จะทำเช่นว่านี้ได้ ไม่ใช่เรื่องง่ายอย่างแน่นอน หากเรายังไม่มีปัญญาสัมมาทิฏฐิ เราจะคิดไม่เป็น จะพูดไม่เป็น และก็จะทำไม่เป็นหรอก ในสิ่งเหล่านี้ แต่เมื่อไรที่เรามาเป็นชาวจังหวัดตาก ได้ **"พบพระธรรม"** คำสอนที่เป็นแก่นแท้ของศาสนาพุทธ เราจะพัฒนากาย วาจา ของเราได้ในเวลาอันรวดเร็ว

แม้ว่าใจจะเป็นนาย กายจะเป็นบ่าว แต่ในความเป็นจริงนั้น ใจหรือนายนั้นทำอะไรเองไม่ได้หรอก เพราะเป็น **"นามธรรม"** ต้องอาศัยกายหรือบ่าวที่เป็น **"รูปธรรม"** ทำแต่ละอย่างที่ใจอยากให้ทำ เมื่อกายไม่ยอมทำ **"การกระทำหรือกรรม"** ก็ไม่เกิดขึ้น แม้ใจขณะนั้นจะเต็มไปด้วยความอกุศล เพราะถูก **"ขัดใจ"** ก็เป็นเพียงว่าเกิดอกุศลจิตในตัวเรา เท่านั้นเอง แต่ไม่สามารถสร้างความเดือดร้อนเสียหายให้กับผู้อื่นได้แต่อย่างใด

สิ่งของต่างๆที่สกปรก เมื่อเราจะทำความสะอาด ก็ต้องล้างต้องเช็ด หรือหากสกปรกมาก ๆ ก็ต้องถึงขั้น **"ขัดถู"** จึงจะสะอาดเอี่ยมอ่องได้ ฉันใดก็ฉันนั้น ใจเรา ที่ถูกตามใจมาตลอด ตามแต่กิเลสจะบงการ ลองคิดดูซิว่า จะสกปรกแค่ไหน แต่เมื่อมาถูกเราใช้อุบาย

เอากายกับวาจามาเป็นพวก ดื้อแพ่ง **"ขัดใจ"** อยู่ตลอด ขัดทุกครั้งที่ใจคิดสิ่งที่เป็นอกุศล ขัดบ่อยๆใจก็จะสะอาด เช่นเดียวกับสิ่งของต่าง ๆ ที่เราขัดถูบ่อย ๆ ก็จะสะอาด เช่นนั้นแล

ขณะเดียวกันเราก็จะสอนใจเราไปด้วยว่า ถ้าพูดหรือทำในสิ่งที่ใจอยากให้พูดให้ทำ แล้วจะเกิดผลเสียหายอย่างไร และที่ไม่พูดไม่ทำในสิ่งที่ใจอยากให้พูดให้ทำ แล้วเกิดผลดีอย่างไร ในที่สุดใจเราก็จะจำนนต่อหลักฐาน เพราะประจักษ์ว่าสิ่งที่กายกับวาจาทำไปนั้นล้วนก่อให้เกิดผลดีตามมาทั้งสิ้น สุดท้ายใจก็จะ **"เชื่อง"** ยอมทำตามอย่างกาย กับวาจา นั่นคือรู้จักคิดแต่สิ่งที่เป็นกุศล เลิกคิดอกุศลอย่างแน่นอน ถึงตอนนั้นก็เท่ากับว่าเรา **"ทำกุศลให้ถึงพร้อม"** ไม่ว่าจะเป็นคิด หรือ พูด หรือ ทำ ล้วนเป็นกุศลทั้งสิ้น ที่เคยคิดว่าธรรมข้อ ๒ ของพระพุทธองค์นั้นยาก เดินตามองค์มรรคมาถึงขั้นนี้แล้ว ก็น่าจะไม่ใช่เรื่องยากสำหรับชาวจังหวัดตากแล้วจริงไหม

อยู่ให้เป็น

ทุกคนเกิดมา**ล้วนแต่มีบทบาท มีหน้าที่ทั้งสิ้น** เริ่มลืมตาดูโลกก็มีหน้าที่ลูกแล้ว ส่วนใหญ่ก็มักคิดว่าหน้าที่สำคัญที่สุดของลูกก็คือต้องเรียนหนังสือให้สูง ๆ *(โดยเฉพาะทัศนคติของคนไทย คือเรียนสูง ๆ เพื่อจะได้เป็นเจ้าคนนายคน)* เพื่อจะได้มีอาชีพการงานที่ดี เมื่อเจริญวัยขึ้นไป กว่า ๙๙ % ก็หาหน้าที่ใหม่มาเพิ่มให้ตัวเอง นั่นคือ หน้าที่ของสามี ภรรยา *(เพราะกระแสโลกสอนเช่นนั้น)* จากนั้น หน้าที่ที่ตามมาก็คือหน้าที่พ่อแม่ *(มีเพียงไม่ถึง ๑ % ที่ฉลาดพอที่จะหยุดอยู่แค่หน้าที่สามีภรรยา)*

ในโลกแห่งความเป็นจริงนี้ ไม่ต้องไปเอ่ยถึงคนชาติอื่น ศาสนาอื่น เอาเฉพาะผู้ที่ประกาศตนว่าเป็นพุทธศาสนิกชน หรือถ้าจะให้ตรงกับวัตถุประสงค์ของหนังสือเล่มนี้ ที่เขียนเพื่อให้ชาวอ่างทองอ่าน ผู้เขียนใคร่ขอถามชาวอ่างทองทุกท่านว่า ท่านมั่นใจแค่ไหนว่าท่านได้ **"ทำหน้าที่"** ของท่านในแต่ละบทบาท ได้อย่างถูกต้องแค่ไหน ลองให้คะแนนตัวเองดูว่า ท่าน **"สอบผ่าน"** แต่ละหน้าที่หรือไม่

ตั้งแต่ลืมตาดูโลกจนถึงทุกวันนี้ ท่านได้ทำหน้าที่ลูกดังนี้หรือไม่

๑. ไม่ทำให้พ่อแม่เดือดเนื้อร้อนใจ ไม่ทำให้วงศ์ตระกูลเสื่อมเสีย
๒. ช่วยเหลือพ่อแม่ เท่าที่ช่วยได้ (*อายุ ๓ – ๔ ขวบก็เริ่มช่วยพ่อแม่ได้แล้ว*)
๓. เอาแบบอย่างที่ดีของพ่อแม่
๔. ใฝ่หาความรู้ เพื่อที่จะเลี้ยงตัวเองได้
๕. ทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้พ่อแม่ เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว

เมื่อท่านก้าวต่อไปทำหน้าที่สามี ภรรยา ท่านได้ทำหน้าที่สมบทบาทหรือไม่

หน้าที่สามี	**หน้าที่ภรรยา**
๑. มอบรายได้และยกย่องให้เธอเป็นใหญ่ในบ้าน	ดูแลงานบ้านให้เรียบร้อย ไม่ให้บกพร่อง
๒. ไม่ดูถูกดูหมิ่นเธอทั้งต่อหน้าและลับหลัง	สงเคราะห์ญาติมิตรทั้งสองฝ่ายให้เท่าเทียมกัน
๓. ไม่นอกใจทั้งต่อหน้าและลับหลัง	ไม่นอกใจทั้งต่อหน้าและลับหลัง
๔. ยกย่องให้เกียรติเธอทั้งต่อหน้าและลับหลัง	ดูแลรักษาทรัพย์สมบัติของครอบครัวให้ดีที่สุด

๕. ทำให้เธอมีความสุข (*ไม่จำ* ไม่เกียจคร้านในการงานทั้งปวง *เป็นจริงๆอย่าขัดใจ)*

ผู้เขียนค่อนข้างจะมั่นใจว่า ชาวอ่างทองส่วนใหญ่ **"สอบไม่ผ่าน"** หน้าที่สามีหรือภรรยา แต่ก็ยังอุตส่าห์ไปทำหน้าที่ที่สำคัญยิ่งต่อไปอีก นั่นคือ หน้าที่พ่อแม่

๑. ไม่ทำชั่วให้ลูกเห็น (*ได้กล่าวในบทก่อนๆแล้วว่า อะไรคือดี อะไรคือชั่ว)*

๒. ทำแบบอย่างที่ดี เพื่อให้ลูกทำตาม

๓. สอนให้ลูกรู้จักบาป บุญ คุณ โทษ อะไรดี อะไรชั่ว

๔. สนับสนุนให้ลูกใฝ่หาความรู้ในสิ่งที่เขาชอบ เพื่อที่จะเลี้ยงตัวเองได้

๕. มอบทรัพย์สมบัติให้ เมื่อถึงเวลาอันควร (*ไม่ใช่มอบให้เป็นมรดกเมื่อตัวเองตาย)*

ผู้เขียนมั่นใจเกินร้อยว่า ไม่มีชาวอ่างทองท่านใดที่สอบผ่านหน้าที่หลัก ๆ ดังกล่าวนี้แม้แต่ท่านเดียว ที่ผู้เขียนกล้าพูดเช่นนี้ก็เพราะว่า ตัวผู้เขียนเอง นึกมาตลอด ๖๙ ปีว่า เป็นลูกที่ดี ไม่เคยทำให้พ่อแม่เดือดเนื้อร้อนใจ ตั้งใจเรียนหนังสือเป็นอย่างดี (*แถมเรียนตามที่คุณพ่อต้องการให้เรียนด้วย ไม่ว่าจะเป็นตอนเข้า ร.ร.เตรียมฯ หรือเข้า จุฬาฯ)* เมื่อเรียนจบก็ทำงานรับใช้ประเทศชาติ

ด้วยความซื่อสัตย์สุจริตเป็นที่รักและไว้วางใจของผู้บังคับบัญชา และเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงานอย่างดีเป็นที่ภาคภูมิใจของพ่อแม่เป็นอย่างมาก เรียกว่า **หน้าที่ลูกนั้นสอบผ่านค่อนข้างฉลุย** ขาดไปเพียงข้อเดียว คือ **“ไม่เคยช่วยเหลือท่านเลยตั้งแต่จำความได้จนท่านจากไป”** เพราะคิดว่าเมื่อเรียนจบ ทำงานได้แล้ว ไม่ไปรบกวนท่าน ก็ถือว่าเป็นลูกที่ดีแล้ว (*เพราะตอนนั้นยัง “คิดไม่เป็น”)* และเมื่อมาทำหน้าที่สามีและพ่อ ก็ภาคภูมิใจมากว่าได้ทำหน้าที่ผู้นำของครอบครัวเป็นอย่างดี แต่เมื่อได้มาศึกษาปฏิบัติธรรม จึงตระหนักดีว่า **“สอบตกแบบชนิดถูกไล่ออกจากโรงเรียนเลย”**

ผู้เขียนไม่ได้เอาตัวเองเป็นมาตรฐานแต่ประการใด เพราะตลอดเวลา ๗ ปีเศษที่ผู้เขียนจัดคอร์ส สนทนาธรรมกับญาติธรรมทั้งหลายจำนวนนับพันๆคน **อาจมีหลายท่านสอบผ่านหน้าที่ลูก** แต่ไม่เคยมีท่านใด **“สอบผ่าน”** หน้าที่สามี /ภรรยา เลย โดยเฉพาะอย่างยิ่งหน้าที่พ่อแม่ด้วยแล้ว ถึง**ขั้นโดนไล่ออกแทบทุกรายไป** เพราะส่วนใหญ่**(โดยเฉพาะคุณภรรยา และคุณแม่)** มักจะไม่ทำเฉพาะหน้าที่ภรรยาและหรือคุณแม่ แต่จะทำหน้าที่ **“กรรมการผู้จัดการใหญ่”** ด้วย ซึ่งกว่า ๙๐% ของผู้ที่มาเข้าคอร์สกับผู้เขียนล้วนแต่มีความทุกข์จากการที่เป็นกรรมการผู้จัดการใหญ่แทบทั้งสิ้น ถ้าบริษัทเล็กคือมีแค่สามีภรรยา ก็ทุกข์น้อยหน่อย ถ้าบริษัทใหญ่มีลูกด้วย ท่านกรรมการผู้จัดการใหญ่จะทุกข์มากกกก

ช่วงสุดท้ายของคอร์ส ส่วนใหญ่จะมีความสุขขึ้นมากจากการที่ได้มาเรียนรู้ความจริงในโลกนี้ แทบทุกท่านจึงมักจะบอกกับผู้เขียนว่า **"จะต้องบังคับสามีและลูกๆมาเข้าคอร์สให้ได้" ฮา!!**

ในการทำงาน ไม่ว่าจะทำในตำแหน่งอะไร เราจะต้องรู้ **"คุณลักษณะหรือขอบเขต"** ของงานในตำแหน่งนั้น ๆ เราจะได้ทำหน้าที่ของเราได้ถูกต้อง เพราะหากทำขาดตกบกพร่อง ก็จะเกิดความเดือดร้อนขึ้น และเราก็จะมีความผิดฐาน **"บกพร่องต่อหน้าที่"** หรือหากทำเกินเลยหน้าที่ไป ก็จะเป็นการไป **"ก้าวก่าย"** หน้าที่ของคนอื่น อาจเกิดความเดือดร้อนขึ้นได้ ที่แน่ ๆ คือสร้างความเดือดร้อนให้กับตัวเอง เพราะเป็นการไปเอา **"*ภาระ*"** มาแบกไว้โดยใช่เหตุ

อะไรที่เป็นการทำเกินหน้าที่นั้น ล้วนเป็นภาระทั้งสิ้น และเมื่อเป็นภาระก็มีแต่จะสร้างความเดือดร้อน สร้างความทุกข์ให้กับตัวเองและคนรอบข้าง เพราะเมื่อขึ้นชื่อว่า ภาระแล้ว ย่อมมีแต่ความเดือดร้อน ไม่มีใครชอบที่จะ **"แบกภาระ"** อะไรไว้หรอก *(แต่ในความเป็นจริง ส่วนใหญ่ก็ชอบเอามาแบกไว้โดยคิดว่ามันเป็น "หน้าที่" เพราะความที่ไม่เข้าใจเรื่อง **หน้าที่กับภาระ**)*

เพื่อไม่ให้หนังสือเล่มนี้หนาจนเกินไป ขอไม่ลงในรายละเอียดเรื่อง *"หน้าที่กับภาระ"* เพราะได้อธิบายไว้อย่างละเอียดในเรื่อง

"ลด(น้ำหนัก)ส่วนเกิน กันดีมั้ย" กับเรื่อง *"ไม่มีเวลา (หรือไม่คิด)ที่จะปฏิบัติธรรม"*

จะเห็นได้ว่าเมื่อเราเกิดมาในโลกนี้ ล้วนมีหน้าที่ ล้วนมีบทบาทสารพัด ตามจังหวะเวลาแต่ละช่วงของชีวิต *หลวงพ่อทูล* บอกว่า **ไม่ว่าเราจะต้องเล่นบทไหน ก็เล่นให้ได้ตุ๊กตาทองทุกบท**

การจะเล่นให้ได้ตุ๊กตาทอง ก็ต้องตีบทให้แตก การจะตีบทแตก ก็ต้องรู้ว่าบทบาทที่กำลังแสดงนั้น มีรายละเอียดอย่างไร *ฉันใดก็ฉันนั้น เรา* จึง*ต้องตระหนักอยู่ตลอดเวลาว่า แต่ละบทบาทแต่ละหน้าที่ ที่เรากำลังเป็นอยู่นั้น มีรายละเอียดตามกติกาของธรรมชาติของสังคมอย่างไร*

ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทหรือหน้าที่ใดก็ตาม ต้องทำ "*ตัวเรา*" ให้ดีที่สุด ไม่ให้เป็นที่เดือดร้อนรำคาญแก่ผู้อื่น ให้ใครเห็นใครชอบ ใครเห็นใครชม ไม่ใช่ใครเห็นแล้วอยากเดินหนี เพราะเราชอบเล่น "*นอกบท*" เที่ยวไปชี้นิ้วสั่งให้คนอื่นเล่นบทบาทของเขาให้ถูกต้อง โดยไม่มองตัวเองว่าเล่น "*ถูกบท*" หรือชอบเล่น "*นอกบท*" อยู่ตลอดเวลา

หน้าที่ย่อมตามมาด้วยความรับผิดชอบเสมอ งานในทางโลกอะไรที่เป็นหน้าที่ของเรา เมื่อทำแล้วเราก็ต้องรับผิด รับชอบในงานนั้น ชีวิตของเราก็เช่นกัน เรามีหน้าที่อะไรก็ทำไปตามหน้าที่นั้น และ

ให้มีความรับผิดชอบด้วย

หน้าที่ของผู้ปฏิบัติธรรมคือ พัฒนากาย วาจา ใจของเรา และรับผิดชอบตัวเราเอง ที่จะไม่ไปสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่นรวมทั้งตัวเราเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งใจเราด้วย

ฉะนั้น พึงระลึกอยู่ตลอดเวลาว่า เราไม่มีหน้าที่ไปสั่งหรือไปแก้ไขคนอื่น เรามีหน้าที่เพียงแค่ดูแลตนเองที่จะไม่ดำรงชีวิตให้เป็นที่เดือดร้อนรำคาญแก่ผู้อื่นเท่านั้นเอง ขณะเดียวกันก็ให้มีจิตใจที่ผ่องใสร่าเริงด้วย

ในการประกอบอาชีพเลี้ยงตัว เลี้ยงครอบครัว ก็ต้องพึงระลึกอยู่เสมอว่า อาชีพที่ทำอยู่นั้นไปเบียดเบียนใครหรือไม่ ไปสร้างความเดือดร้อนให้กับใครหรือเปล่า

ไม่ใช่อ้างว่า จำเป็น เพราะนั่นเป็นอาชีพของเรา

เนื่องจากมีอาชีพที่ไม่เบียดเบียนใครให้เลือกตั้งมากมาย เพียงแต่ว่าส่วนใหญ่เราไป**ติดใจ**อยู่กับผลตอบแทนจากอาชีพที่ทำอยู่ จึงไม่คิดจะเปลี่ยนอาชีพ ทั้งๆที่รู้แก่ใจว่า นั่นเป็นอาชีพที่เบียดเบียนผู้อื่นหรือตนเอง *คงเป็นเพราะกลัวว่าอาชีพใหม่จะทำให้เราไม่สามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้* หากคิดเช่นนั้นก็แสดงว่าเรา**ดำรงชีพไม่เป็น** ไม่ทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ให้อยู่อย่างสันโดษ

ใช้ชีวิตอย่างสมถะ อยู่อย่างพอดีกับฐานะความเป็นอยู่ของเรา หรือที่สมัยนี้ใช้คำว่า อยู่อย่างพอเพียง

แต่ส่วนใหญ่จะพากันหลงเชื่อกิเลสตัณหาที่บอกเราว่า **จะมีความเป็นอยู่ที่ดี คือจะต้องมีทุกสิ่งทุกอย่างเทียมหน้าเทียมตาเพื่อนฝูง หรือจะต้องมีทุกสิ่งทุกอย่างที่อยากได้ อยากมี**

ส่วนมากจึงมุ่งประกอบอาชีพที่จะทำให้ร่ำรวยมีทรัพย์สินเงินทองมากๆ โดยไม่ใส่ใจคำเตือนของพระพุทธเจ้าที่ว่า อาชีพเหล่านี้ชาวพุทธ**ไม่ควรทำ** เพราะเป็นอาชีพที่จะต้องรับผลแสนสาหัสทั้งชาตินี้และชาติต่อ ๆ ไป นั่นคืออาชีพ ๕ อย่างนี้

๑. ค้ามนุษย์
๒. ค้าสัตว์สำหรับฆ่าเป็นอาหาร
๓. ค้าอาวุธ
๔. ค้ายาพิษ
๕. ค้าเครื่องดองของเมา

ขอให้อยู่ในวิจารณญาณของผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลายที่เกี่ยวข้องกับ ๕ อาชีพนี้ก็แล้วกัน พระตถาคตเจ้ามิได้ทรงบอกให้ใครเชื่อ พระองค์ทรงแต่เพียงบอกให้ฟังแล้วให้ไปพิสูจน์ด้วยตัวเอง เท่านั้น

ขยันให้เป็น

ธรรมชาติของมนุษย์นั้น ส่วนใหญ่จะชอบความสบายหรือจะออกแนว **"ขี้เกียจ"** เสียละมาก แต่ก็มีเหมือนกันที่มีธรรมชาติเป็นคนขยัน ไม่ชอบอยู่ว่าง จับโน่น ทำนี่ อยู่ตลอดเวลา แต่นั่นหมายความว่าเขามี **"ความพอใจ"** (*ภาษาพระเรียกว่า ฉันทะ*) ที่จะทำเช่นนั้น ไม่ใช่ทำเพราะถูกบังคับ และเขาทำจน **"กลายเป็นความเคยชิน"** แล้ว เป็นนิสัย เป็นสันดาน ที่อยู่ว่าง ไม่มีอะไรทำแล้วจะรู้สึกไม่มีความสุข เขาจะมีความสุขที่เขาได้ทำอะไรตามที่เขาชอบทำ และทำได้ไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย

ที่กล่าวมานี้คือการทำงานทางโลก แต่ที่กำลังคุยกันมาถึงตรงนี้คือทางธรรม คือการพัฒนากาย วาจา ใจ ของเราให้สมกับเป็นผู้ปฏิบัติธรรม ด้วยการเดินตาม **"ทางอันประเสริฐ"** ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงเมตตาวางเรียงไว้ให้อย่างดีแล้ว คือให้มีความเห็นให้ถูกต้อง คิดให้เป็น พูดให้เป็น ทำให้เป็น อยู่ให้เป็น ซึ่งก็คงต้องยอมรับความจริงว่า ตลอดเวลาที่ผ่านมาในชีวิตของชาวอ่างทองทั้งหลาย คงไม่

ได้เดินอยู่ในเส้นทางนี้แน่ **(เพราะหากท่านเดินตามเส้นทางนี้ป่านนี้ท่านก็ย้ายไปอยู่จังหวัดตากแล้ว)**

การที่จะพัฒนากาย วาจา ใจของเรา ก็คือเราจะต้องปฏิวัติปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของเรา ฝืนความเคยชิน **(ที่ไม่ดี)** ของเรา หันมาพูด มาทำ สิ่งใหม่ ๆ ที่ดี ที่เราไม่เคยทำ หรือไม่ค่อยได้ทำ ฝึกฝนฝึกฝืนจนกลายเป็นความเคยชินแบบใหม่ จนกลายเป็นนิสัย เป็นสันดาน และเป็นธรรมชาติของเราในที่สุด

การจะทำเช่นนี้ได้ ประการแรกเราจะต้องสร้าง **"ฉันทะ"** คือความพอใจ เต็มใจ ที่จะทำสิ่งเหล่านี้ พอใจและเต็มใจที่จะเดินตามเส้นทางที่พระตถาคตเจ้าได้ทรงวางไว้ เพราะเห็นประโยชน์ทั้งในชาตินี้และชาติต่อ ๆ ไป จากนั้นก็จะต้องให้มี **"วิริยะ"** คือความเพียร หรือความขยันนั่นเอง ขยันสอนตัวเอง ขยันฝึกฝนให้ทำในสิ่งดี ๆ ที่ปกติไม่ค่อยจะทำ ขยันฝึกฝืนที่จะไม่ทำสิ่งที่ไม่ดี ที่ทำมาจนเป็นความเคยชิน (*หรือจะไต่ระดับขึ้นไปถึงสันดานก็เป็นเรื่องของแต่ละบุคคล)* จึงเป็นเรื่องที่ค่อนข้างทำได้ยากสำหรับคนส่วนใหญ่ หรือแม้แต่คนที่มีความขยันในทางโลกอยู่เป็นนิสัยก็ตามที เพราะการขยันพัฒนาตัวเองนี้ ต่างจากการขยันทำงานทางโลกโดยสิ้นเชิง

เมื่อมีผัสสะเกิดขึ้น ไม่ว่าจากทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สังขารจิตก็จะปรุงแต่งไปตามความเคยชินจากข้อมูลที่กิเลสตัณหา

ป้อนให้มานับภพนับชาติไม่ถ้วน การจะให้จิตเปลี่ยนความเคยชินจากเดิม ก็ต้องหมั่นเพียรป้อนข้อมูลใหม่ให้กับจิต ตามอุบายที่คิดได้จากการที่ "**คิดเป็น เห็นถูก**"

ใจเราอยู่ในฐานะที่ถูกกิเลสตัณหาป้อนข้อมูลมาไม่รู้กี่ภพ กี่ชาติจนเคยชินมาจนถึงชาตินี้ นอกจากนี้แล้ว ในชาตินี้ก็ยังถูกป้อนข้อมูลในลักษณะเดิม ๆ ตั้งแต่จำความได้จนถึงปัจจุบัน ใจเราจึงเอนเอียงที่จะเชื่อตามคำสอนของกิเลสตัณหา เป็นธรรมดา

การจะเปลี่ยนความเห็นของใจจึงยากเป็นอย่างยิ่ง หากขาดความขยันหรือความเพียรที่จะป้อนข้อมูลที่ถูกต้องเป็นจริงตามกฎของธรรมชาติให้กับใจแล้ว **ย่อมเป็นการยากยิ่งที่จะให้ใจเห็นสัจธรรมตามคำสอนของพระพุทธองค์**

เราจึงต้องเพียรทุกลมหายใจที่จะสอนใจให้เห็นให้ถูกต้อง คิดให้เป็น แล้วฝึกกายให้ พูดให้เป็น ทำให้เป็น อยู่ให้เป็น นั่นคือ เราต้อง **ขยันให้เป็น** นั่นเอง ขยันสอน ขยันฝึก จนจิตฉลาดรู้เท่าทันกิเลสตัณหา ไม่หลงคิด พูด ทำตามที่กิเลสตัณหาเสี้ยมสอนอย่างแต่ก่อน หากขาดความเพียร ความขยันที่จะสอนใจและฝึกฝนที่จะสำรวมกาย วาจาแล้วไซร้ ใจก็จะไม่มีทางสู้กับกิเลสตัณหาได้สำเร็จ หรือหากมีความเพียรเป็นเลิศ แต่ขยันผิดวิธีก็ไม่เกิดประโยชน์แต่อย่างใด เปรียบเช่นนักกีฬาที่เป็นมือ ๑ ของโลกในกีฬาเทนนิส

(Tennis) แต่กลับไปขยันฝึกซ้อมปิงปอง (Table Tennis) เพราะเห็นว่าเป็นกีฬาที่วิธีการเล่นคล้ายกัน ภาษาอังกฤษก็เรียกคล้ายกัน ถามว่านักกีฬาท่านนั้นจะเป็นมือ ๑ ของโลกอยู่ได้กี่วัน

ฉันใดก็ฉันนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย ที่ท่านมีความเพียรอย่างยิ่งยวดในการปฏิบัติธรรมของท่านนั้น ท่านเคยถามตัวเองหรือไม่ว่า กีฬาที่ท่านกำลังฝึกซ้อมอย่างขยันหมั่นเพียรนั้น เป็นกีฬาที่ท่านเป็นแชมป์อยู่หรือเปล่า

สำหรับชาวอ่างทองที่รักทั้งหลายนั้น คงไม่ต้องตอบคำถามนี้ เพราะท่านคงยังไม่ได้เป็นแชมป์แน่ เนื่องจากท่านยัง **"แสวงหา"** โค้ชผู้ฝึกสอนที่รู้ศักยภาพของท่านไม่ได้สักที จึงต้องเปลี่ยนโค้ชอยู่ตลอดเวลา ท่านจึงต้องเริ่ม **"นับหนึ่ง"** อยู่เรื่อยไป ลงสนามแข่งทีไรก็มักจะพบกับความพ่ายแพ้กลับมาเสียเป็นส่วนมาก **เพราะคู่ต่อสู้ของท่านเก่งกว่าท่านและ "*รู้ทาง*" ท่านมาหลายภพหลายชาติ ท่านจึงตกอยู่ในภาวะ "*แพ้ซ้ำซาก*" จนรู้สึกท้อในหลายๆครั้ง**

บางท่านขยันมากถึงมากที่สุด อยู่บ้านก็ขยันซ้อม แถมมีเวลาว่างเมื่อไร ก็จะวิ่งกลับไปให้โค้ชช่วยสอนอีก (*แต่เสียดายว่าโค้ชสอนแบบเดิม ไม่ได้สอนอะไรใหม่ให้*) ก็เลยเก่งขึ้นมาอีกนิดหนึ่ง คือชำนาญขึ้น จึงพบกับชัยชนะมากขึ้น แต่พอเจอคู่ต่อสู้ชั้นยอดก็จอดตามเคย

ผู้เขียนไม่ทราบเหมือนกันว่าเพราะอะไรจึงเป็นเช่นนั้น แต่สติปัญญาของผู้เขียนคิดได้เพียงว่า น่าจะเหมือนกับนักเรียนคนหนึ่งเรียนจบชั้นประถม ๑ ไปแล้ว แต่แทนที่จะขึ้นชั้นไปเรียนประถม ๒ กลับเอาวิชาชั้นประถม ๑ มานั่งทบทวนซ้ำแล้วซ้ำเล่า และด้วยความขยันก็วิ่งกลับมานั่งเรียนในชั้นประถม ๑ กับเพื่อนนักเรียนรุ่นใหม่อีก เดือนแล้ว เดือนเล่า ปีแล้ว ปีเล่า

ถ้าผู้เขียนเป็นครูคนนั้น ผู้เขียนจะไม่ **"ปลื้มใจ"** ที่นักเรียนคนนี้ขยันมาเรียนกับผู้เขียนตลอดเวลา แต่จะ **"เสียใจ"** ที่นักเรียนคนนี้ไม่มีการพัฒนา ไม่รู้จักสร้างปัญญาเฉพาะตน ไม่รู้จักที่จะแผ้วถางทางของตนเองเพื่อจะเดินไปสู่จุดหมายปลายทาง กลับพอใจที่จะวนเวียนอยู่อำเภอลับแล อยู่นั่นแล้ว

การที่นักเรียนกลับมาหาครู มาเยี่ยมครู นั้นเป็นเรื่องที่ดี แต่ผู้เขียนคิดว่า หากการมาเยี่ยมแล้วถือโอกาส**เล่าพัฒนาการ**ในการปฏิบัติธรรมของตนให้ครูบาอาจารย์ฟัง หรือมาขอคำแนะนำเพิ่มเติมในกรณีที่ปฏิบัติไปแล้ว **"ติดขัด"** และได้พยายามแก้ไขด้วยตนเองแล้วก็ไม่สำเร็จ อย่างนี้น่าจะดีกว่า ที่จะมาขอ **"เข้าเรียน"** ในชั้นประถม ๑ กับเพื่อนรุ่นใหม่ รุ่นแล้ว รุ่นเล่า

หรือหากจะกลับมาช่วยครูบาอาจารย์ในฐานะ **"ธรรมบริกร"** เพื่อสร้างกุศล ก็ยิ่งน่าสรรเสริญ และเป็นที่ชื่นใจกับครูบาอาจารย์

หรือยิ่งถ้าได้กลับมาในฐานะ **"ธรรมวิทยากร"** ช่วยครูสอนนักเรียนชั้นประถม ๑ ก็ยิ่งน่าสรรเสริญเป็นที่สุด เพราะจะได้**ทั้งประโยชน์ตนและประโยชน์ท่าน** ตามปัจฉิมโอวาทของพระพุทธองค์ เพราะนอกจากจะเป็นการสร้างบารมีธรรมด้วยการตอกย้ำกับตนเองให้มีพัฒนาการให้ยิ่งๆขึ้นไป (**ตามพุทธพจน์ที่ว่า "สอนผู้อื่นฉันใด ต้องทำตัวให้ได้ฉันนั้น")** ก็ยังได้มีโอกาสช่วยครูบาอาจารย์ชี้ทางสว่างให้กับนักเรียนชั้นประถม ๑ รุ่นน้อง ๆ ทั้งหลายด้วย

รับมือให้เป็น

ดังที่ได้กล่าวแล้วว่า ธรรมชาติของมนุษย์ เมื่อทำอะไรบ่อย ๆ ก็จะเป็นความเคยชิน และก็จะพัฒนาขึ้นไปเป็นสันดาน เป็นธรรมชาติของคนคนนั้น เมื่อเรา*ขยันเป็น และ ขยันถูกวิธี* คือขยันที่จะพัฒนากาย วาจา ใจ ของเราตามแนวทางอันประเสริฐของพระพุทธองค์ ไม่ช้าก็เร็ว (*แล้วแต่บารมีธรรมเก่าของเรา ว่ามีมามากน้อยแค่ไหน*) เราก็จะ **“รู้ทันกิเลส”** สามารถ **“รับมือ”** กับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามาในชีวิตประจำวันของเราได้เป็นอย่างดี

เพราะเราได้ฝึกฝนที่จะทำ **“หน้าที่และความรับผิดชอบ”** (Duty and Responsibility) ของเราให้สมบูรณ์ (**ขออภัยที่ใช้ภาษาต่างประเทศ เพราะจะขยายความต่อจากคำว่า responsibility**) เรามีความรับผิดชอบ (*ทางกาย*) ที่จะ ไม่พูด ไม่ทำ รวมทั้งไม่ดำรงชีพในทางที่สร้างความเดือดร้อนให้กับใคร นั่นหมายความว่าเรามีความรับผิดชอบต่อผู้อื่นอย่างดีแล้ว คราวนี้ก็หันมาฝึกฝนที่จะมี

ความรับผิดชอบต่อตัวเอง *(ทางใจ)*คือฝึกใจเราให้รับมือกับเหตุการณ์ต่างๆที่เข้ามาในชีวิตให้ได้อย่างดี อย่างเหมาะสม

ความรับผิดชอบ (responsibility) นี้ เมื่อเราเดินตามเส้นทางของพระพุทธองค์มาถึงขั้นนี้แล้ว เราจะต้องมาฝึกพัฒนาจาก responsibility ให้เป็น **response ability** คือความสามารถในการตอบสนอง หรือพูดอีกอย่างหนึ่งก็คือ **"รับมือให้เป็น"** นั่นเอง เราไม่สามารถกำหนดให้ทุกอย่างเป็นไปตามที่เราต้องการได้ อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด **แต่เราสามารถฝึกฝนใจเรา ให้พร้อมจะรับมือกับเหตุการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม อย่างดีได้** หากเรามีปัญญาสัมมาทิฏฐิกำกับอยู่ตลอดเวลา

จากการที่เราใช้ปัญญาเฉพาะตน เพียรสอนใจตัวเอง **ด้วยการให้ข้อมูลต่างๆ ที่ถูกต้องเป็นจริง** รู้ว่าอะไรดีจริง อะไรชั่วจริง อะไรเป็นบาปเป็นอกุศล อะไรเป็นบุญเป็นกุศล และบาปหรืออกุศลกรรมจะส่งผลอะไรให้ บุญหรือกุศลกรรมจะส่งผลอะไรให้

หิริ คือความละอายต่อบาป **โอตตัปปะ** คือความเกรงกลัวต่อบาป ก็จะเกิดขึ้นในใจของเรา **เพราะรู้และเข้าใจดีว่าประกอบเหตุอย่างไร ก็จะได้รับผลอย่างนั้น**

ด้วยการฝึกฝนอย่างต่อเนื่องเช่นนี้ คือ **ขยันเป็น** จะทำให้รู้ได้ด้วยตัวเองว่า อะไรที่ไม่ดีที่จะสร้างความเดือดร้อน**จะไม่พูด** อะไร

ที่จะก่อให้เกิดความเสียหายหรือก่อให้เกิดความยุ่งยากกับคนรอบข้าง **จะไม่ทำ** นั่นคือมี**สติ มีสัมปชัญญะ**อยู่ตลอดเวลา ไม่ต้องให้ใครมาบังคับ เพราะขึ้นชื่อว่าเป็นอกุศล เป็นสิ่งที่จะก่อให้เกิดความเดือดร้อนเสียหายแล้ว **จะไม่พูด ไม่ทำอย่างเด็ดขาด**

ไม่ว่า**กิเลสตัณหาอุปาทาน**จะมายุแหย่เสี้ยมสอนอย่างไร จะมาเย้ายวนในรูปแบบไหน

ก็มี**สติปัญญารู้เท่าทันหมด**

นั่นเป็นเพราะเราขยันหมั่นเพียรสอนใจจนใจฉลาดรู้ความจริงทุกอย่างตามกฎของธรรมชาติ ข้อมูลที่เพียรป้อนไว้อยู่ตลอดเวลาก็จะหลั่งไหลออกมา ต่อสู้กับข้อมูลของกิเลสตัณหาอุปาทานที่เคยป้อนให้เรามาตลอด และก็ไม่เคยที่จะหยุดเสี้ยมสอนเราเลยตราบที่เรายังมีชีวิตอยู่ แต่ตอนนี้เราจะ **ไม่หลงไปทำ ไปพูดตามความเคยชินอีกแล้ว เพราะเรามีสติปัญญา รู้เท่าทันกิเลสตัณหาอุปาทาน ไม่ว่าจะมาหลอกล่อ เย้ายวน ยุแหย่เราในรูปแบบไหน เราสามารถ *“รับมือได้อย่างถูกต้องเหมาะสม”* ในทุกรูปแบบ นั่นคือ เรามี ability to response กับทุกอย่างที่เข้ามาในชีวิตของเรา นั่นเอง**

มุ่งมั่นไปให้ถูกทาง

เมื่อมีสติปัญญาที่รู้เท่าทันกิเลส (**ไม่ใช่เพียง *“สติรู้ตัว”***) ก็จะไม่หลงปรุงแต่งและพลั้งพลาดไปพูดหรือทำตามที่กิเลสตัณหาอุปาทานเสี้ยมสอนให้พูด ให้ทำ หรือแม้แต่ให้คิด อย่างแต่ก่อน

สมัยก่อน ๆ ที่เกิดมีการจุดกองไฟขึ้นแล้ว เราก็หลงตามกระแสโลกคือเติมเชื้อฟืนเข้าไป ไฟก็ลุกโชติช่วงกลายเป็นไฟกองใหญ่แผ่กระจายความร้อนไปทั่วบริเวณ เมื่อเราเดินตามรอยพระพุทธองค์มาถึงตรงนี้ จิตจะได้รับการฝึกฝนให้ไม่หวั่นไหว ไม่กระเพื่อมไปกับสิ่งต่าง ๆ ที่เข้ามากระทบ แม้ไฟกองนั้นจะถูกจุดขึ้นด้วยฝีมือใครก็ตาม แต่เราจะไม่หลง เติมเชื้อฟืนเข้าไป และนอกจากนั้นยังพยายามหาน้ำมาดับไฟกองนั้นด้วย ในที่สุด ไฟก็ดับ ความร้อนจากกองไฟก็หมดไป เกิดความสุข ความสงบ เพราะไม่มีไฟกองนั้นที่จะให้ความร้อนกับเราหรือกับคนรอบข้างอีก เป็นการสงบที่เกิดจากการรู้จักรับมือกับกิเลสตัณหาอุปาทานนั่นเอง ไม่ใช่สงบจากการหนีปัญหา ไปนั่งหลับตา ไม่คิด ไม่พูดไม่จากับใคร

การที่ต้องต่อสู้กับกิเลส ตัณหา อุปาทานอยู่ตลอดเวลานั้น ย่อมเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าเป็นธรรมดาเพราะต้องใช้สมาธิตั้งใจมั่น (concentration) มาก พลังจิตก็อ่อนลงและเหลือน้อย เหมือนทำงานหนักอยู่ตลอดเวลาก็ต้องให้ร่างกายได้พักผ่อนบ้าง ดังนั้นช่วงนั้นจึงต้องการตัวช่วยนั่นคือ **การทำสมาธิ**(meditation) ให้จิตได้พัก เสมือนเป็นการชาร์จแบตเตอรี่เพื่อเติมพลังไฟให้แก่ตัวเอง เพื่อที่จะได้มี**พลังปัญญา**ต่อสู้กับกิเลสตัณหาต่อไป

การทำสมาธิเช่นนี้จึงเป็นการทำเพื่อเสริมปัญญา

ปัญญาเปรียบเสมือนมีด ปัญญาที่เฉียบแหลมก็เหมือนมีดที่ลับไว้คมกริบ หากต้องการตัดอะไรที่เป็นของอ่อนหรือบาง เพียงแค่กดมีดลงไปเบา ๆ สิ่งนั้นก็ขาดได้

แต่หากต้องการจะตัดของที่แข็งหรือหนา ก็จำเป็นต้องใช้แรงกดมีดให้หนักขึ้น กิเลสตัณหา **(โดยเฉพาะอย่างยิ่งขั้นละเอียด ๆ)** นั้นเป็นสิ่งที่แข็งที่หนาที่สุด แม้มีดจะคมแค่ไหน แต่หากไม่มีแรงกดที่หนักพอ ก็ไม่สามารถตัดให้ขาดได้

สมาธิจึงเป็นเครื่องที่จะมาช่วยเสริมพลังปัญญา เพื่อให้ตัดกิเลสตัณหาให้ขาดจากใจ

ธรรมชาติของสมาธิ (meditation) คือให้ผลในการเพิ่มพลังให้กับจิตเป็นเบื้องต้น ขั้นที่สูงขึ้นไป ผู้ที่มีบารมีเก่ามาทางนี้อาจได้ฌาน หรือได้ญาณด้วย ส่วนจะได้ขั้นไหนก็แล้วแต่บารมีของแต่ละท่าน ซึ่งก็เป็นไปตามกฎของธรรมชาติ เพราะเส้นทางของ meditation เป็นไปในลักษณะนี้ เป็นมาตั้งแต่ศาสนาพุทธยังไม่อุบัติขึ้นในโลกนี้ และก็จะเป็นไปเช่นนี้ต่อไป แม้จะอยู่ในช่วงที่ว่างจากศาสนาพุทธในอีกสองพันกว่าปีข้างหน้าก็ตามที

ดังนั้นพระพุทธองค์จึงทรงวางสัมมาสมาธิไว้เป็นข้อสุดท้าย เพื่อให้แน่ใจว่าผู้ที่จะทำสมาธิในลักษณะ meditation นั้น จะต้องมีปัญญาสัมมาทิฏฐิ มีสัมมาสังกัปโป กำกับอยู่ตลอดเวลา มิฉะนั้นแล้ว อาจเกิดเป็นโมหสมาธิ คือไปหลงติดอยู่ในความสงบ ความสุขในฌานหรือเกิดเป็นมิจฉาสมาธิ คิดว่าญาณหรืออภิญญาที่ได้นั้นคือการบรรลุธรรม เลยปิดเส้นทางเข้าสู่พระนิพพานไปโดยสิ้นเชิง ดังปรากฏตัวอย่างมากมายทั้งในสมัยพุทธกาลและในสมัยปัจจุบัน

ท่านที่เป็นเจโตวิมุตติ ท่านจะใช้สมาธินำตามจริตเดิมของท่าน ส่วนท่านจะทำไปถึงขั้นอุปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิ ก็เป็นเรื่องของท่าน เพราะเป็นของง่ายสำหรับท่าน และท่านทราบดีว่าถึงจังหวะไหนท่านจะใช้สมาธิระดับไหนเพื่อเจริญวิปัสสนาพิจารณาข้อธรรมให้เข้าถึงแก่น แต่สำหรับพวกปัญญาวิมุตติ ไม่ต้องไปคิดทำ

ถึงระดับนั้น เพราะไม่มีทางเป็นไปได้สำหรับท่าน เอาเพียงขณิกสมาธิคือตั้งใจมั่นก็เริ่มพิจารณาข้อธรรมได้แล้ว

สัมมาสมาธิตามแนวทางของพระพุทธเจ้า จึงเป็นสมาธิ ที่จะช่วยเสริมพลังปัญญาเพื่อให้สามารถเอาชนะกิเลส ตัณหา อุปาทานได้โดยเฉพาะกิเลสระดับสูงๆ เพื่อให้ไม่รู้สึกยินดียินร้ายกับผัสสะต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น สามารถวางอุเบกขา อยู่ในความสงบ **ซึ่งเป็นการสงบอย่างแท้จริง สงบอย่างถาวร**

สงบทั้งที่ตาเห็น หูได้ยิน และจมูกได้กลิ่น ฯลฯ

ไม่ใช่สงบจากการนั่งหลับตา ไม่รับรู้โลกภายนอก ไม่คิดอะไร ปล่อยให้จิตนิ่ง จิตว่าง แล้วเกิดความสงบชั่วครั้งชั่วคราวแต่ไม่เจริญวิปัสสนาพิจารณาข้อธรรมให้กระจ่าง หรือเผลอปล่อยให้สงบจนเลยเถิดไปถึงขั้นได้ฌานได้อภิญญาแล้วหลงติดสุขในฌาน หรือความสนุกในอภิญญาอยู่ตรงนั้น **ก็จะกลายเป็นสมาธิตามแนวทางของดาบสฤๅษีไป ซึ่งหลวงพ่อทูลบอกว่า มีแต่พระพุทธเจ้าเท่านั้นที่จะดึงพวกนี้ให้กลับมาเข้าสู่เส้นทางแห่งพระนิพานได้**

เมื่อล่วงเลยมาถึงสมัยนี้ที่พระพุทธองค์ปรินิพพานไปแล้ว ๒๕๖๐ ปี ผู้เขียนคิดว่า พวกนี้ก็คงจะติดสุขอยู่อำเภอลับแลไป

ตลอดชีวิต ทุกภพทุกชาติไป ไม่มีใครสามารถดึงชาวลับแลนี้ให้ย้ายไปอยู่จังหวัดตากได้เลย

กว่าพระศรีอาริยเมตไตรย์จะมาอุบัติในโลกนี้ เพื่อจะมาจูงท่านเหล่านี้ให้ไปในทิศทางที่ถูกต้องได้ ก็ไม่ทราบว่าจะใช้เวลาอีกกี่ล้านปี คงต้องปล่อยให้ "*รอกันอาน*" กระมัง

ประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน

ปัจฉิมโอวาทของพระพุทธเจ้าองค์ปัจจุบันนี้คือ *"จงยังประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิด"* หมายความว่า ในโอกาสที่เราได้มาเกิดเป็นมนุษย์ในแต่ละชาตินั้น วิญญาณดวงนั้นจะเป็นเพียง ๑ ใน ๑๐ ล้านดวงเท่านั้นที่จะได้อัตภาพความเป็นมนุษย์ แต่มนุษย์ที่ได้รับโอกาสอันแสนประเสริฐนี้ ส่วนใหญ่กลับปล่อยให้โอกาสทองนี้ผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์ เพราะ **"ความไม่รู้"** ที่ภาษาพระเรียกว่า **"อวิชชา"** นี่แหละ ไม่รู้ว่ากว่าที่ดวงวิญญาณดวงนี้จะได้มีโอกาสมาเกิดเป็นมนุษย์แต่ละครั้งนั้นแสนยากแค่ไหน และในช่วงที่ไปได้อัตภาพเป็นอย่างอื่นนั้นสาหัสสากรรจ์แค่ไหน พระพุทธองค์ตรัสว่า วิญญาณที่จะได้ไปสุคติภูมิ (คือพรหม เทวดาหรือมนุษย์) นั้น เปรียบเหมือน **"เขาโค"** ส่วนวิญญาณที่จะไปสู่อบายภูมิ (คือสัตว์เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย และสัตว์นรก) นั้น เปรียบเหมือน **"ขนโค"** ลองคำนวณกันเองแล้วกันว่า ที่จะไปอบายภูมินั้นเป็นสิบล้านเท่าของวิญญาณที่จะไปสุคติภูมิจริงหรือไม่

เมื่อมนุษย์ส่วนใหญ่ไม่ทราบความจริงนี้ เมื่อเกิดมา จึงใช้ชีวิตอย่างที่ส่วนใหญ่ทั้งโลกเขาทำกันคือ หาความสุขไปตามกระแสโลก พวกที่มีต้นทุนมาสูง ก็เพลิดเพลินกับการกินบุญเก่า ส่วนที่ต้นทุนต่ำ ก็นั่งคิดด้วยความน้อยใจในวาสนาว่า **"ชาตินี้เกิดมาเพื่อใช้กรรม"** หารู้ไม่ว่า มนุษย์ทุกคนที่ได้อัตภาพความเป็นมนุษย์ในแต่ละครั้งนั้น ไม่ได้เกิดมาเพื่อใช้กรรม (*พวกที่เกิดในอบายเท่านั้นคือพวกที่เกิดมาเพื่อชดใช้กรรมอย่างเดียว*) แต่เกิดมาเพื่อ **"สร้างบารมี"** เพราะพระอริยบุคคลทั้งหลายตั้งแต่พระพุทธเจ้าเรื่อยลงมาถึงพระโสดาบัน ก็ล้วนแล้วแต่ **"บรรลุธรรม"** ในชาติที่เกิดเป็นมนุษย์ทั้งสิ้น

แน่นอน กรรมที่เคยทำไว้ ไม่ว่ากรรมดีหรือกรรมชั่ว เมื่อได้มาเกิดเป็นมนุษย์ในชาติใด ก็ต้องได้รับผลของกรรมนั้น (**คือชดใช้**) เพราะต้องเป็นไปตามกฎแห่งกรรม เพียงแต่ว่า มนุษย์สามารถใช้โอกาสนี้ สร้างบารมีเพื่อให้บรรลุธรรม เพื่อให้ **"ปิดอบาย"** คือชาติหน้าและชาติต่อ ๆ ไปจะไม่มีทางไปเกิดในอบายภูมิ มีแต่จะได้เกิดเป็นมนุษย์ และในที่สุดก็จะถึงจุดหมายปลายทางคือไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีก

ดังที่พระตถาคตเจ้าได้ตรัสไว้ใจความว่า **"ภิกษุทั้งหลาย แม้พระเจ้าจักรพรรดิได้ครองความเป็นใหญ่ยิ่งแห่งทวีปทั้ง ๔**

(สมัยนั้นยังไม่มีทวีปออสเตรเลีย) **และอาจได้เข้าถึงสุคติโลกสวรรค์อันเป็นของทิพย์ก็ตาม แต่กระนั้น ท้าวเธอก็ยังรอดพ้นไปไม่ได้จากนรก จากกำเนิดเดรัจฉาน จากวิสัยแห่งเปรต และจากอบายทุคติวินิบาต แต่อริยสาวกผู้เป็นโสดาบันสามารถรอดพ้นได้จากนรก เดรัจฉาน เปรต และอบายทุกคติวินิบาต”** จะเห็นได้ว่า ในขณะที่ได้เป็น ๑ ใน ๑๐ ล้านของดวงวิญญาณ แถมมี **“ต้นทุน ติดตัวมาอย่างมากมายล้นฟ้า”** แต่เมื่อไม่ทราบความจริงตามกฎแห่งกรรม แล้วใช้ชีวิตอย่างประมาท ก็ต้องไป **“ชดใช้กรรม”** *(คราวนี้แหละเรียกว่าชดใช้กรรมจริง ๆ)* ในอบายทุกคติวินิบาตอย่างแสนสาหัสอีกนานเท่านาน กว่าจะได้กลับมาเกิดเป็นคนอีกครั้งหนึ่ง และก็จะเป็นคนที่เหลือต้นทุนน้อยมาก เพราะตลอดเวลาที่ชดใช้กรรมในอบายภูมินั้น ไม่มีสิทธิ์ที่จะสร้างกุศลใด ๆ ทั้งสิ้นเลย

ไม่ทราบว่าชาวอ่างทองที่รักทุกท่านได้ทราบความจริงนี้หรือไม่ แต่อย่างน้อยการที่ท่านเต็มใจมาเป็นชาวอ่างทอง ก็หมายความว่าท่าน **“ใฝ่ในธรรม”** อยู่แล้ว เพียงแต่ว่าท่านยังหา **“ขุมทรัพย์คือบารมีธรรมเก่า”** ของท่านไม่เจอ เท่านั้นเอง *(ซึ่งไม่ต้องตกใจเพราะเป็นไปตามกฎของธรรมชาติที่จะให้วิญญาณทุกดวงที่มาเกิดใหม่ลืมของเก่าหมด)* ดังนั้น ต่อให้ท่านมีเงินฝากอยู่ในธนาคารมากแค่ไหนก็ตาม เมื่อท่านไปยืนอยู่หน้าตู้เอทีเอ็ม เสียบบัตรเข้าไป

แต่ท่านลืมรหัส (password) ท่านก็ไม่สามารถเบิกเงินจากตู้เอทีเอ็มได้ หรือแม้จะไม่ลืมรหัส แต่ท่านก็เบิกได้ทีละไม่มาก เบิกได้ตามกติกาที่ธนาคารกำหนดเท่านั้นเอง ไม่ว่าท่านจะมีเงินฝากอยู่เท่าไรก็ตาม ถ้าต้องการกดเงินจำนวนมากมาใช้ ท่านก็ต้องกดซ้ำแล้วซ้ำอีกจนกว่าจะได้ครบจำนวนตามที่ต้องการ

ฉันใดก็ฉันนั้น การปฏิบัติธรรมของท่านจะก้าวหน้าจนไปถึงจุดหมายปลายทางได้ท่านก็จะต้องมี

๑. บารมีธรรมเก่า (*จริตเดิม*) ที่เคยสั่งสมไว้ (*มีเงินฝากอยู่ในธนาคาร*)

๒. ค้นพบจริตเดิม และเส้นทางที่นำไปสู่พระนิพพาน (*จำรหัสได้ และตู้เอทีเอ็มนั้นมีเงินอยู่*)

๓. มีความเพียร (*กดให้ได้จำนวนครั้ง เพื่อจะให้ได้เงินครบตามจำนวนที่ต้องการ*)

ผู้เขียนเชื่อว่า ชาวอ่างทองส่วนใหญ่ ชอบทำ **"ประโยชน์ท่าน"** คือชอบช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาส ชอบทำบุญ (*แต่อย่าลืมแยกให้ดีเชียวนะระหว่างบุญกับกุศลมิฉะนั้นแล้วอาจ "เสียของ" ได้*) แต่ พระตถาคตเจ้าคงไม่เอาเรื่องประโยชน์ตน ขึ้นก่อนประโยชน์ท่าน หาก **"ประโยชน์ตน"** ไม่เป็นเรื่องสำคัญกว่า ดังนั้น ชาว

อ่างทองทั้งหลายได้โปรดถามตัวเองว่า ทุกวันนี้ท่านกำลังยังประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทหรือเปล่า

สิ่งที่ไม่มีชีวิต ไม่ว่าจะเกิดขึ้นมาเองตามธรรมชาติ หรือมนุษย์สร้างมา มันก็เป็นของมันอย่างนั้นตามธรรมชาติ อยู่ที่มนุษย์หรือสัตว์จะนำเอามันไปใช้ ถ้าใช้เป็นคือรู้ธรรมชาติของมัน ก็จะได้ประโยชน์จากมัน แต่หากใช้ไม่เป็นหรือไม่รู้ธรรมชาติของมัน ก็อาจได้รับโทษจากมันได้ เพราะทุกอย่างในโลกนี้ล้วนมี ๒ ด้าน

อย่างไรก็ดี สิ่งที่ไม่มีชีวิต หรือแม้แต่สิ่งมีชีวิต แต่ไม่มีวิญญาณทั้งหลายเหล่านี้ ในความเป็นจริงแล้ว มีประโยชน์มากกว่ามีโทษ **(อยู่ที่ว่ามนุษย์จะรู้จักวิธีที่จะเอาประโยชน์จากสิ่งเหล่านั้นได้ด้วยภูมิปัญญาระดับชาวบ้าน หรือจะต้องใช้เทคโนโลยีระดับสูงแค่ไหน อย่างไร เท่านั้นเอง)**

อย่างไรก็ตาม สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ ในตัวของมันเองแล้ว ล้วนให้ประโยชน์มากกว่าให้โทษ (*นอกจากมนุษย์จะเอาส่วนที่เป็นโทษของมันมาขยายผลเพื่อให้เกิดโทษร้ายแรงขึ้นไปอีก*) และหากเราจะพิจารณาให้ละเอียดแล้ว จะเห็นว่า สิ่งที่ไม่มีชีวิตที่ถูกสร้างขึ้นมาด้วยน้ำมือมนุษย์นั้น จะให้ประโยชน์เรื่อยไปจนกว่าจะ **"ผุพัง"** จนใช้การไม่ได้ *แต่มนุษย์ที่มีปัญญาก็ยังสามารถนำสิ่งเหล่านั้นกลับมาใช้ประโยชน์ได้อีกจากการรีไซเคิ้ล (recycle)*

ภาพวาดทั้งปกหน้า และปกหลัง น่าจะเป็นอุทาหรณ์ที่ดีว่าทุกสิ่งในโลกนี้ มีประโยชน์ **ก่อนจะผุพังไป** ศาลาไม้ที่เคยให้ประโยชน์นอกจากจะเป็นในแง่ของความสวยงาม เจริญหู เจริญตาแล้วยังสามารถใช้นั่งเล่น กันแดด กันฝนได้นั้น เมื่อเวลาผ่านไป ความสวยงามก็ไม่เหลือให้เห็นอีกต่อไป กันฝนก็ไม่ได้แล้ว อาจจะพอยังกันแดดได้อยู่ แต่หากมีทางเลือก ก็คงไม่มีใครอยากเข้าไปนั่งเหมือนสมัยก่อนเพราะดูน่ารังเกียจเต็มทน เช่นกัน ภาพปกหลัง ที่เคยเป็นไม้รั้วที่สวยงามและกันคนกันสัตว์ได้ ก็คงจะเหลือเพียงสัญลักษณ์ว่าเป็น "สิ่งแบ่งเขต" เท่านั้นเอง และในอนาคตอันไม่ยาวไกลนักไม่ว่าจะเป็นศาลาไม้ ไม่ว่าจะเป็นรั้วไม้ ก็อาจกลายสภาพเป็น "ไม้ฟืน" หรืออาจกลายเป็นสิ่งผุพังจมดิน จมทรายไป ก็เป็นได้

สิ่งที่มีชีวิตแต่ไม่มีวิญญาณ เช่นต้นไม้ใบหญ้าทั้งหลาย ก็ล้วนให้ประโยชน์ทั้งขณะที่มีชีวิต และเมื่อตายไปแล้ว หรือแม้แต่สิ่งที่มีชีวิตและมีวิญญาณ เช่นพวกสัตว์เดรัจฉานส่วนใหญ่ มนุษย์ก็ได้ประโยชน์จากสัตว์เหล่านั้น ไม่ว่าขณะที่ยังมีชีวิต หรือเมื่อตายแล้วก็ยังได้ประโยชน์จากไขมัน เนื้อ หนัง กระดูก สารพัดที่จะได้ หรือแม้กระทั่งส่วนที่ใช้การไม่ได้ ก็ยังเป็นประโยชน์ด้วยการนำไปฝังใกล้ ๆ ต้นไม้เพื่อให้เป็นปุ๋ยกับต้นไม้นั้นได้อีก

ลองถามตัวท่านเองซิว่า ตั้งแต่เกิดมาจนถึงวันนี้ ท่านได้ทำประโยชน์อะไรให้กับตัวเอง ให้กับส่วนรวม สมกับที่พระพุทธเจ้าได้

ตรัสว่า *"จงยังประโยชน์ตน และประโยชน์ท่านให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิด"*

มนุษย์เรานั้นจะมีประโยชน์ก็ต่อเมื่อยังมีชีวิต ตายไปแล้วทุกส่วนของร่างกายไม่สามารถเอามาใช้ประโยชน์อะไรได้เลย (**ยกเว้นผู้ที่บริจาคร่างกายให้เป็น "อาจารย์ใหญ่" ให้กับนักศึกษาแพทย์เท่านั้น**) หากได้อัตภาพเป็นมนุษย์ทั้งทีในครั้งนี้ แล้วไม่ได้ทำประโยชน์อะไรให้กับสังคม ให้กับประเทศชาติเลย ก็คงเป็นสิ่งที่ **น่าอายไม่น้อย** เมื่อไปเทียบกับสิ่งที่ไม่มีชีวิตที่มนุษย์สร้างขึ้นมา หรือสิ่งที่มีชีวิตแต่ไม่มีวิญญาณครองเช่นต้นไม้ใบหญ้าทั้งหลาย และยิ่งไปเทียบกับสิ่งที่มีชีวิตและมีวิญญาณครองซึ่งเป็นพวกเดียวกับเรา แต่เขาเหล่านั้นอยู่ในอัตภาพที่ต่ำต้อยกว่าเราแบบเทียบกันไม่ได้ แต่กลับทำประโยชน์ได้มากกว่าเราได้หลายเท่านัก สมควรที่เราจะเรียกตัวเองว่า **"สัตว์ประเสริฐ"** หรือเปล่าหนอ

หวังว่าภาพวาดทั้งปกหน้า และปกหลัง น่าจะเป็นเครื่องเตือนใจท่านผู้อ่านว่า "ก่อนจะผุพัง" ท่านได้ยังประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านให้ถึงพร้อมแค่ไหน อย่างไร

ในความเป็นจริงแล้ว คำว่า **"ประโยชน์ท่าน"** ที่พระพุทธองค์ทรงกล่าวไว้นั้น ผู้เขียนคิดว่า คงไม่ได้หมายความเพียงแค่ ทำประโยชน์ให้กับสังคมแบบโลก ๆ เท่านั้นดอก เพราะการทำประโยชน์แบบโลก ๆ นั้น ทุกอย่างในโลกนี้ล้วนแล้วแต่มีประโยชน์ในตัวของ

มันเองทั้งนั้น แม้แต่สิ่งที่น่ารังเกียจที่สุดสำหรับมนุษย์เราคือ อุจจาระ หรือซากสัตว์ แม้จะไม่มีใครเอาไปดัดแปลงทำอะไร มันก็เป็นประโยชน์ คือเป็นปุ๋ยให้กับต้นไม้ใบหญ้าแถวนั้น

ที่พระองค์ตรัสว่า จงยังประโยชน์ตน ก็คือเมื่อเกิดมาเป็นมนุษย์ในชาตินี้แล้ว เป็นโอกาสอันประเสริฐที่จะปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธองค์ เพื่อจะได้บรรลุธรรม เพื่อจะได้ไม่ต้องกลับมาเกิดให้เป็นทุกข์อีก ในขณะที่ยังทำประโยชน์ตนไม่สำเร็จสมบูรณ์ ก็ทำประโยชน์ท่านแบบโลก ๆ เท่าที่จะทำได้ หากเมื่อใดสำเร็จประโยชน์ตนแล้ว สิ่งที่สำคัญยิ่งก็คือ นอกเหนือจากทำประโยชน์ท่านในแบบโลก ๆ แล้ว ให้ทำประโยชน์ท่านในการที่จะช่วยเผยแผ่คำสอนของพระพุทธองค์ ช่วยชี้ทางสว่างให้กับเพื่อนร่วมโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคหลังพุทธกาลมาเป็นพันๆปีนี้ **"ป้ายชี้ทาง"** ส่วนใหญ่ค่อนข้างจะสับสน เลอะเลือนไปตามกาลเวลา บางป้ายถึงกับ **"บิดเบี้ยว"** ทำให้คน **"หลงทาง"** ก็มาก

หากป้ายชี้ทางทุกป้ายยังชัดเจน ไม่เลอะเลือน บิดเบี้ยว ไปจาก**ป้ายเดิม** จำนวนประชากรชาวอ่างทอง รวมทั้งชาวอุตรดิตถ์ก็คงมีน้อยมาก หรืออาจถึงขั้นไม่มีเลยก็ได้ เพราะผู้เขียนเชื่อว่า ทุกท่านล้วนมีความมุ่งมั่นที่จะเดินตามรอยพระพุทธองค์ด้วยความศรัทธาที่เต็มเปี่ยมทั้งสิ้น

ถาม – ตอบ ตัวเองให้เป็น

ในบทต้น ๆ ที่ขอให้ท่าน **“เทน้ำในแก้ว”** เอาไปไว้ในภาชนะอื่นก่อนนั้น เพื่อจะได้ใช้แก้วใบนี้ใส่สิ่งต่าง ๆ ที่ได้คุยกันมาจนถึงจุดนี้ แต่ก่อนที่จะเลือกเก็บเลือกทิ้งอะไร ผู้เขียนใคร่ขอให้ท่านถามตัวเองให้แน่ว่า ที่ท่านมีความใฝ่ในธรรม และพยายามที่จะ *“ปฏิบัติธรรม”* มาเป็นปีหรือหลาย ๆ ปีนั้น ท่านต้องการให้เกิด “ผล” อะไรขึ้น *(ส่วนใหญ่จะบอกว่า ไม่หวังอะไร ทำไปเรื่อย ๆ เพื่อความสบายใจ)* เพราะตามกฎของธรรมชาติ กฎแห่งกรรม ท่านประกอบเหตุอย่างไรท่านก็จะได้ผลอย่างนั้น การที่ท่านต้องการ “**ความสบายใจ**” ท่านก็ต้องประกอบเหตุให้ตรง กับผลที่จะให้ *“ความสบายใจ”* สิ่งที่ท่านกำลังทำอยู่และทำมานานแล้วอาจมิใช่เหตุที่จะทำให้เกิดความสบายใจ (*อย่างแท้จริงและยั่งยืน*) ก็เป็นได้

เนื่องจากผู้เขียนเป็นพวกปัญญาวิมุตติ ไม่มีประสบการณ์ใด ๆ และไม่เคยที่จะทำสมาธิให้ได้แม้เพียงขั้นต้น นั่นคือไม่เคยทำให้จิตนิ่ง ว่าง สงบได้แม้แต่น้อย จึงขออนุญาตที่จะคุยกับผู้อ่าน

ที่มีจริตเดียวกัน คือเป็นพวกปัญญาวิมุตติด้วยกัน พอที่จะแลกเปลี่ยนประสบการณ์กันได้

ดังนั้น จึงใคร่ขอให้บรรดาชาวอ่างทองทั้งหลายที่เป็นปัญญาวิมุตติ ถามตัวเองให้ชัดเจนว่า ท่านต้องการผลในลักษณะไหนแน่ เช่น

๑. เพื่อความสบายใจ (อย่างแท้จริงและยั่งยืน) นั่นคือ ไม่ว่ามีเหตุการณ์ไม่ดีอะไรเกิดขึ้นก็สามารถรับมือกับเหตุการณ์นั้นได้อย่างสบายใจ แล้วใช้สติปัญญาเท่าที่มีแก้ไขเหตุการณ์นั้นๆอย่างสุดความสามารถเท่าที่จะทำได้ หรือ

๒. เพื่อให้รักษาแชมป์ไว้ได้ในชาติต่อไป คือได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ได้อีก หรือ

๓. นอกจากจะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์แล้ว ก็ขอให้ทุกข์ทั้งกายและใจน้อยกว่าชาตินี้ หรือถ้าไม่ไหวจริงๆก็ขออย่าให้แย่ไปกว่าชาตินี้

๔. เพื่อพาตัวเองเข้าสู่เส้นทางแห่งพระนิพพานให้ได้ ส่วนจะบรรลุธรรมขั้นไหน ก็สุดแล้วแต่ต้นทุนเดิมมีมากน้อยแค่ไหน

โอกาสที่จะบรรลุธรรมเหลืออีกเพียงไม่มาก เพราะพุทธกาลนี้เหลืออีกเพียง ๒๔๔๐ ปีเท่านั้น และเนื่องจากเป็นช่วงขาลงของ

พุทธกาลนี้ ยิ่งวันก็ยิ่งยากที่จะได้พบ “**ป้ายชี้ทาง**” ที่ตรงเข้าสู่พระนิพพาน ถ้าพลาดช่วงพุทธกาลนี้เสียแล้ว จะต้องรอไปอีกนานแสนนานกว่าพระศรีอาริยเมตไตรย์จะมาอุบัติ เพื่อจะมาสอนเหมือนอย่างที่พระพุทธเจ้าองค์ก่อน ๆ ทั้ง ๒๘ พระองค์สอนนั่นแหละ ตกลงท่านจะรีบฉวยโอกาสในพุทธกาลนี้ หรือจะรอพุทธกาลหน้าก็ตามแต่อัธยาศัยแล้วกัน

เมื่อท่านได้คำตอบที่แน่ชัด ก็เหมือนกับท่านได้ **“ตั้งโจทย์”** ไว้แล้ว ท่านก็มีหน้าที่และความรับผิดชอบที่จะวางแผนดำเนินการในชีวิตประจำวันของท่านเพื่อให้ **“ตอบโจทย์”** ได้ถูก

ความรู้ต่างๆที่ท่านเคยได้รับคำชี้แนะจากครูบาอาจารย์ของท่าน หรือจากหนังสือ/แผ่นซีดีธรรมะทั้งหลาย มีส่วนไหนบ้างที่หากท่านนำมาปฏิบัติแล้วจะตอบโจทย์ท่านได้ **ก็นำส่วนนั้นมาปฏิบัติต่อไป** ข้อมูลต่าง ๆ ที่ท่านได้จากหนังสือเล่มนี้ มีส่วนไหนบ้างที่ทำให้ท่าน **“ได้คิด”** และสามารถนำมา **“ปฏิบัติ”** ในชีวิตประจำวันได้ อย่างไม่รู้สึกว่ามันขัดกับธรรมชาติของท่าน (*แน่นอนในระยะแรก ๆ นั้น จะรู้สึกว่ามันขัด มันฝืน เพราะเป็นสิ่งที่ท่านไม่เคยทำมาก่อน ก็เหมือนกับทุกอย่างในชีวิต อะไรที่ต้องทำครั้งแรก ก็จะรู้สึกขัด ๆ เขิน ๆ เป็นของธรรมดา*) ก็นำมาผสมผสานฝึกฝน มุ่งมั่นปฏิบัติต่อไป อย่างมีความเข้าใจในสิ่งที่ท่านปฏิบัติและรู้ถึงผลหรือ

เป้าหมายอย่างชัดเจน หากเหตุปัจจัยพร้อม ท่านจะพบว่าการปฏิบัติธรรมของท่านพัฒนาก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว และรู้สึกสนุกกับการปฏิบัติ และมีความฮึกเหิมที่จะเขยิบเป้าหมายหรือเลื่อนชั้นขึ้นไปเรื่อย ๆ ไม่ใช่กลับเข้าไปเรียนชั้นประถม ๑ อยู่ร่ำไปอย่างสมัยก่อน

ท่านที่หวังผลตามข้อ ๑ ถึง ข้อ ๓ นั้น ผู้เขียนเชื่อมั่นว่า ของเดิมที่ท่านมีอยู่ไม่ว่าจะเป็นจากชาติก่อน ๆ รวมถึงในชาตินี้ที่ท่านได้เพียรปฏิบัติมานาน กับที่ท่านมาได้ข้อคิดบางอย่างที่จะไปช่วยเสริมเติมหรือปรับปรุงแก้ไขบางสิ่งบางอย่างในการปฏิบัติของท่านน่าจะเป็นการเพียงพอที่ท่านจะเลิกเป็นชาวอ่างทองได้แล้ว ไม่จำเป็นต้องแสวงหาอะไรอีกแล้ว ท่านมีอยู่ในตัวท่านมากเกินพอ เพียงแต่ท่านไม่ทราบวิธีที่ถูกต้องที่จะนำศักยภาพนั้นออกมาใช้เท่านั้นเองหรืออาจเป็นว่า ท่าน **"ตั้งโจทย์ผิด"** ตั้งแต่แรกก็เป็นได้ แต่บัดนี้เมื่อท่านตั้งโจทย์ถูกต้อง คือมีปัญญาสัมมาทิฏฐิ สิ่งที่จะตามมา ก็ล้วนเป็นสิ่งที่ถูกต้องตามแนวคำสอนของพระพุทธองค์ทั้งสิ้น แทนที่ท่านจะแสวงหาต่อไป เพื่อจะไปเริ่มนับหนึ่งใหม่เรื่อยไป ท่านก็จะ **"ต่อยอด"** จากของเก่าของท่าน ซึ่งจะทำให้เห็นความก้าวหน้าของการพัฒนากาย วาจา ใจ ของท่านได้อย่างเป็นรูปธรรม

ส่วนที่หวังผลข้อ ๔ หากข้อมูลเดิมรวมทั้งข้อมูลใหม่ที่ได้จากหนังสือเล่มนี้ยังไม่เพียงพอที่จะเป็น **"แนวทาง"** ให้ท่านได้ ผู้เขียน

ขอแนะนำให้ท่านอ่าน *"โสดาบันนั้นแค่เอื้อม"* เพิ่มเติม หรือจะให้ดี หาอ่าน/ฟังจากท่านผู้รู้ท่านอื่นๆที่สติปัญญาสูงกว่าผู้เขียน ซึ่งยังมีอยู่ไม่น้อย ดังที่หลวงพ่อทูลท่านเขียนไว้ว่า **ยุคนี้ สมัยนี้ ก็ยังพอหาผู้ที่รู้เส้นทางที่ตรงต่อพระนิพพานได้อยู่ แม้จะหายากกว่าสมัยก่อน แต่ก็ยังพอหาได้**

ดังที่กล่าวแล้วว่า การปฏิบัติธรรมนั้น จะปฏิบัติแนวไหนอย่างไรก็ได้ ขอเพียงให้พัฒนากาย วาจา ใจ ของตนเองให้ได้ก็แล้วกัน แต่ในความเป็นจริงนั้น ต้องไม่ลืมว่า การพัฒนานั้น มี ๒ แบบ คือ แบบ **"ไฟไหม้ฟาง"** กับแบบ **"อย่างยั่งยืน"** การปฏิบัติบางลักษณะหรือส่วนใหญ่นั้น บอกได้เลยว่าเป็นแบบไฟไหม้ฟาง เพราะจะเป็นในลักษณะที่ ดีอยู่ได้เดี๋ยวเดียว หรือสามารถรับมือกับเหตุการณ์ได้ในขีดจำกัด เพราะใช้วิธี **"ข่ม"** เอาไว้ เหมือนกับเอาก้อนหินไปทับหญ้า เมื่อเอาก้อนหินออก หญ้าก็จะงอกงามขึ้นมาใหม่ เพราะไม่ได้ขุดรากของหญ้าทิ้งไป การปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องตามที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ จึงควรที่จะเป็นไปในแนวที่หลวงพ่อทูลได้เตือนย้ำศิษย์ของท่านเสมอว่า "ศึกษาให้เข้าใจถูกต้องตามหลักความจริงที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว **อย่าปฏิบัติแหวกแนวนอกเหนือไปจากมรรค ๘"**

ชาวอ่างทองทั้งหลาย หากจะนำคำสอนของหลวงพ่อทูล ๒ เรื่อง ที่ว่า "*ธรรมะแต่ละหมวดนั้น ดีทุกหมวด เหมือนกับยา ยาทุกประเภทก็ดีด้วยกันทั้งหมด แต่ยาไหนจะถูกกับโรคเรา อันนี้ต่างหาก*" กับ "*ถ้าคิดไม่เป็น ไม่มีความชำนาญ ธรรมะ ถึงจะอ่านทั้งวัน สวดทั้งวัน แต่ก็เอามาปฏิบัติไม่ได้*" มาไว้สอนย้ำตัวเองก็น่าจะเป็นประโยชน์กับท่านไม่มากก็น้อย

กล้วยน้ำว้า อย่าหวังว่า จะกลายเป็นทุเรียน

ทุกคนคงทราบดีว่า ทุเรียนนั้นราคาสูงกว่ากล้วยน้ำว้าหลายเท่า เกษตรกรทั้งหลายล้วนใฝ่ฝันที่จะเป็นเจ้าของสวนทุเรียนมากกว่าที่จะเป็นเจ้าของสวนกล้วยน้ำว้า แต่แน่นอน การจะทำสวนทุเรียนนั้นนอกจากจะต้องลงทุนสูง แล้วยังต้องดูแลใกล้ชิดจึงจะได้ผลสมเจตนารมณ์ ไม่เหมือนทำสวนกล้วยน้ำว้า ลงทุนก็ต่ำแถมการดูแลก็ไม่ต้องเรื่องมากอะไร แทบจะเรียกว่าให้เทวดาเลี้ยงก็ยังได้ แต่สัจธรรมก็คือ รายได้ต่อต้น ต่อไร่ของผลไม้ทั้ง ๒ อย่างนี้ย่อมต่างกันลิบลับ

เกษตรที่ตอนแรกอยากจะเป็นเจ้าของสวนทุเรียน แต่ทราบว่าต้องลงทุนสูง ต้องดูแลใกล้ชิด ก็เลยหันไปเป็นเจ้าของสวนกล้วยน้ำว้ากัน และข้อสำคัญก็คือ เห็นส่วนใหญ่เขาทำสวนกล้วยน้ำว้ากันแทบทั้งนั้น มีเพียงน้อยนิดที่ทำสวนทุเรียน แต่เป็นเรื่องแปลกที่

ขณะที่ตัวเองทำสวนกล้วยน้ำว้า แต่ไปตั้งความหวังว่าจะให้มีรายได้เท่ากับเจ้าของสวนทุเรียน ยิ่งไปกว่านั้น หลายต่อหลายราย พยายามทุ่มเท ด้วยการปลูกต้นกล้วยน้ำว้าให้มากขึ้นจนเต็มสวนไปหมด แล้วนั่งภาวนาขอให้ต้นกล้วยน้ำว้าแต่ละต้น ออกลูกเป็นทุเรียน

การปฏิบัติธรรมก็เช่นกัน นักปฏิบัติธรรมจำนวนไม่น้อย ที่มาปฏิบัติธรรมในลักษณะที่อยากจะเป็นเจ้าของสวนทุเรียน นั่นคือ อยากจะบรรลุธรรม มีไม่น้อยที่บอกว่า **"ชาตินี้ขอเป็นชาติสุดท้าย ไม่อยากจะเกิดอีกแล้ว"** แต่ในทางปฏิบัติกลับทำตัวเป็นเจ้าของสวนกล้วยน้ำว้า นั่นคือนั่งสมาธิเพื่อหาความสงบ พยายามทำจิตให้นิ่ง ให้ว่าง ไม่ต้องการปวดหัวกับปัญหาต่าง ๆ ที่เข้ามารุมเร้าทุกขณะจิต อยากจะใช้ชีวิตอย่างสงบ มีแต่ความสุข ความสบาย ไม่ต้องการเผชิญกับปัญหาใดๆ ทั้งสิ้น

ผู้เขียนไม่ได้ว่าการทำสมาธิเพื่อความสงบ จิตนิ่ง ว่าง (meditation) เป็นสิ่งที่ไม่ดี ได้มีการพิสูจน์กันมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล และนักวิทยาศาสตร์สมัยหลังพุทธกาลก็ได้ทำวิจัยจนเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่า การทำสมาธิแบบนี้ ถ้าทำได้ ผลที่จะได้รับนอกจาก ความสงบ จิตนิ่ง ว่าง ทำให้มีสุขภาพกายที่ดี หรือแม้กระทั่งรักษาโรคได้แล้ว ก็อาจได้ฌาน ซึ่งจะทำให้เกิดความสุขอย่างหาที่เปรียบไม่ได้

หรืออาจได้อภิญญาคือ ฤทธิ์ต่าง ๆ เหนือมนุษย์ทั่วไป เช่นเหาะได้ อ่านใจคนอื่นได้ สามารถรู้อดีต รู้อนาคตได้ ฯลฯ (สำหรับเรื่องได้ความสงบ ความสุข รักษาโรคได้ มีการทดลองทางวิทยาศาสตร์รับรองผลแล้ว แต่เรื่องฌานและอภิญญานั้น ทางวิทยาศาสตร์ยังไม่สามารถพิสูจน์ได้) แต่ทั้งหลายแหล่ก็คือ ผลผลิตที่ได้จาก *"กล้วยน้ำว้า"* นั่นคือ สามารถใช้ประโยชน์ได้สารพัดอย่างไม่ว่าจะเป็นลำต้น ใบตอง ปลี ตลอดจนผลกล้วย แต่จะให้ได้ราคาเท่าทุเรียนนั้น เป็นไปไม่ได้

ทุกอย่างเป็นไปตามกฎของธรรมชาติ เป็นไปตามที่พระตถาคตเจ้าตรัสไว้ว่า ประกอบเหตุอย่างใด ก็ได้ผลอย่างนั้น เมื่อท่านทำสมาธิในแบบ meditation ผลที่ได้รับก็เป็นเช่นนั้น เหมือนกับที่พระพุทธองค์เองก็ได้รับในช่วงแรก ที่พระองค์ **"หลงทาง"** ไปมุ่งฝึกฝนจากดาบสฤาษีทั้ง ๒ รูป แต่เมื่อพระองค์มาใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญด้วยพระองค์เองแล้ว จึงพบว่า **การจะตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้านั้น จะต้องเจริญวิปัสสนา คือใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นถึงสัจธรรมความจริงในโลกนี้**

เมื่อท่านตรัสรู้แล้ว ท่านจึงได้เมตตาชี้แนวทางการปฏิบัติธรรมที่จะให้**ทุกข์(ใจ)น้อยที่สุด** จนถึงการพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิง (คือการไม่ต้องกลับมาเกิด) ด้วยการวางแนวทางปฏิบัติเป็นขั้นเป็นตอนให้กับสาวกทั้งหลาย นั่นคือ มรรคมีองค์ ๘ หรือที่เราเรียกกันว่า **"อริยมรรค คือหนทางอันประเสริฐ"** ซึ่งเริ่มต้นด้วยการใช้ **"ปัญญา"** ตามด้วย **"ศีล"** และตบท้ายด้วย **"สมาธิ"**

อย่างไรก็ตาม ก็ไม่ได้หมายความว่า นักปฏิบัติธรรมจะไม่สามารถนำ meditation มาใช้ในการปฏิบัติธรรม นั่นเป็นเรื่องสุดแล้วแต่ "บารมีธรรม" ของแต่ละท่าน พวกที่สร้างบารมีธรรมมาแต่ภพก่อนชาติก่อนด้วยการทำ meditation หาความสงบแบบพวกฤาษี (ซึ่งเป็นพวกเจโตวิมุตติ ซึ่งหลวงพ่อทูลกล่าวไว้ว่าในสมัยพุทธกาลนั้นมีไม่เกิน ๓๐ % แต่มาถึงสมัยนี้ ผู้เขียนคิดว่าไม่น่าจะมีเกิน ๑๐ %) ก็ทำไปตามที่หลวงพ่อทูลท่านบอกว่า ถ้าเป็นเจโตวิมุตติให้เอาสมาธินำ และใช้ปัญญาหนุน (*แต่ในความเป็นจริงแล้วส่วนใหญ่ หากไม่มีครูบาอาจารย์ที่รู้จริงคอยแนะนำ พวกนี้จะเอาแต่ทำสมาธิอย่างเดียว ไม่คิดจะเอาปัญญาหนุน ผลที่ได้รับจึงเป็นเรื่องของฌานของอภิญญาอย่างเดียว แต่ไม่มีทางบรรลุธรรม*)

พวกที่เป็นปัญญาวิมุตติ ก็ทำไปตามบารมีธรรมของท่าน นั่นคือใช้ปัญญาพิจารณาข้อธรรมต่าง ๆ แล้วใช้เพียงสมาธิตั้งใจมั่น (concentration) ซึ่งทุกคนมีอยู่ในตัวแล้ว เพียงแต่เพิ่มเติมเข้าไปอีกเล็กน้อยเท่านั้นเองว่าจะตั้งใจมั่นให้ยิ่งขึ้น ไม่ปล่อยให้ความขี้เกียจความเหลาะแหละ (*ซึ่งมีกันอยู่ทุกคน*) มาคอยทำให้เขวเท่านั้นเอง เมื่อท่านต้องการเป็นเจ้าของสวนทุเรียน ท่านก็ต้องขยันหมั่นเพียรที่จะดูแลรดน้ำใส่ปุ๋ยต้นทุเรียนของท่านด้วยความเอาใจใส่ ไม่ใช่เอาสบายแบบปลูกกล้วยน้ำว้าที่ดูแลเองบ้าง ปล่อยให้เทวดาเลี้ยงบ้าง

ประกอบเหตุอย่างใด ก็ได้ผลอย่างนั้น เมื่อปลูกกล้วยน้ำว้าก็ได้ผลเป็นกล้วยน้ำว้า เมื่อปลูกทุเรียน ก็ได้ผลเป็นทุเรียน **ได้โปรดอย่าใช้อภินิหารใด ๆ ทั้งสิ้น ที่จะทำให้ต้นกล้วยน้ำว้า ออกลูกมาเป็นทุเรียน** พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ตั้งแต่องค์ที่ ๑ จนถึงองค์ที่ ๒๘ คือองค์ปัจจุบันพระสมณโคดม **ไม่เคยตรัสไว้เลยว่าสามารถทำได้ขอบอก**

บทส่งท้าย

ตลอดเวลา ๗ ปีเศษที่ผ่านมา ไม่ว่าจะเป็นการจัดคอร์สสนทนาธรรมกับผู้ต้องขังในเรือนจำต่าง ๆ ๕ – ๖ แห่ง หรือจัดคอร์สให้กับญาติธรรมทั้งหลายทั้งที่ภูปลายฟ้าและตามสถานที่ต่าง ๆ รวมทั้งการสนทนากับผู้ที่ไม่เคยได้เห็นหน้าค่าตากัน แต่ท่านได้มีโอกาสอ่านหนังสือของผู้เขียนแล้วติดต่อมาทางสื่อต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นจดหมาย โทรศัพท์ อีเมล์ รวมถึงไลน์ ได้พบว่า ก่อนที่จะได้มีโอกาสมาอ่านหนังสือของผู้เขียนนั้น กว่า ๙๙ เปอร์เซ็นต์ ล้วนเป็นชาวอ่างทองทั้งสิ้น หลายท่านได้ขอหนังสือเรื่องอื่นๆไปอ่านเพิ่มเติมแล้วก็ตัดสินใจเดินทางมาเชียงรายเพื่อจะมาเข้าคอร์ส (ซึ่งปกติจัดเป็นประจำทุกอาทิตย์ที่ ๒ ของเดือน โดยเริ่ม ๑๗.๐๐ น. ของวันศุกร์ แล้วไปจบเอาประมาณ ๑๗.๐๐ น. ของวันอาทิตย์) เพื่อให้ "เข้าใจและเข้าถึง" การปฏิบัติธรรมเพื่อนำไปปรับใช้กับชีวิตประจำวันมากขึ้น

ส่วนใหญ่ สามารถเปลี่ยนมิจฉาทิฏฐิ เป็นสัมมาทิฏฐิ เข้าใจและยอมรับความเป็นจริงในโลกนี้ว่า เราไม่สามารถไปเปลี่ยนพฤติกรรมหรือชีวิตของใครได้ นอกจากจะให้คำชี้แนะ คำสอนเท่านั้น เขาจะเปลี่ยนได้ ก็ต่อเมื่อเขาสมัครใจที่จะเปลี่ยนเอง ไม่มีใครไปบังคับเขาได้ เช่นเดียวกัน ตัวเราเองจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของเราได้ ก็ต่อเมื่อเรา **“มีความตั้งใจมั่นที่จะเปลี่ยนและมีความเพียรที่จะฝึกฝนตนเอง”** เท่านั้น จึงจะเปลี่ยนได้สำเร็จ

แต่ก็มีหลายท่านที่ ต้องการเปลี่ยนพฤติกรรมของท่าน แต่ *“ความตั้งใจมั่นของท่านสูงกว่าความเพียรหลายเท่า”* คือมีแต่ความตั้งใจแต่ขาดความเพียร ในที่สุดท่านก็กลับไปร้องเพลง *“ขอให้เหมือนเดิม”*

เคยได้รับคำบอกเล่าจากศิษย์หลวงพ่อทูลว่า หลวงพ่อเคยบอกไว้ว่า ใน ๑๐๐ คนที่พวกเราได้มีโอกาสสนทนาธรรมด้วย หากมีเพียง ๑ คน ที่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เปลี่ยนชีวิตของเขาได้ ก็ “**คุ้มค่า**” แล้ว ซึ่งทำให้ผู้เขียนมี “**กำลังใจ**” ที่จะทำหน้าที่นี้ต่อไปอีกแม้ว่า “**กำลังกาย**” จะเหลือน้อยเต็มทีก็ตาม เพราะเท่าที่ผ่านมา ผู้เขียนคำนวณแล้วว่ามีกว่า ๑ เปอร์เซ็นต์ของผู้ที่ได้อ่านหนังสือหรือมาเข้าคอร์สสนทนาธรรมกับผู้เขียนแล้ว ตัดสินใจแน่วแน่ที่จะย้ายสำมะโนครัวจากจังหวัดอ่างทองไปอยู่จังหวัดตากอย่างถาวร

อย่างไรก็ตาม ก็มีจำนวนไม่น้อยที่ก่อนมาสนทนาธรรมกับผู้เขียน ท่านบอกว่า เลิกเป็นชาวอ่างทอง ไม่อยู่อำเภอแสวงหาแล้ว ท่าน "**พบพระ**" แล้ว และได้มุ่งหน้าขึ้นเหนือ แต่ไม่ทราบว่าเกิดอะไรขึ้น เมื่อมาถึงนครสวรรค์ แทนที่ท่านจะมุ่งหน้าต่อไปกำแพงเพชร เพื่อจะไปให้ถึงจังหวัดตาก ท่านกลับมุ่งไปทางพิษณุโลก แล้วไปติดอกติดใจในความสุข ความสงบในสมาธิ ในฌาน อยู่ที่อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์ วนเวียนอยู่อย่างนั้น หาทางออกไม่ได้ มาขอคำปรึกษาจากผู้เขียน

ผู้เขียนก็ได้แต่บอกว่า เคยอ่านในหนังสือหลวงพ่อทูลเจอว่า มีแต่พระพุทธเจ้าองค์เดียวเท่านั้นแหละที่จะพาออกจากเมืองลับแล เพื่อจะไปอยู่จังหวัดตากได้ ผู้เขียนไม่มีสติปัญญาที่จะช่วยอะไรได้หรอก ลำพังตัวผู้เขียนเอง ก็ยังจะเอาตัวไม่รอดอยู่เลย บอกได้แต่เพียงว่า "**พระที่ท่านพบนั้น น่าจะเป็นคนละแบบกับที่อำเภอพบพระ (มั้ง)**"

ดังที่ได้กล่าวในบทต้นๆว่า ผู้เขียนตั้งใจไว้ว่าจะเลิกเขียนหนังสือตั้งแต่กลางปี ๒๕๕๘ แต่ความไม่แน่นอน ช่างเป็นความแน่นอนจริงๆ เรื่อง "*เบื่อจะเกิดละยัง?*" ซึ่งคิดว่าจะเป็นเรื่องสุดท้าย และต่อมาก็คิดว่าเรื่อง "*อย่าให้เสียชาติเกิดเชียวนะ !!!*" จะเป็นเรื่องท้ายสุด ทั้ง ๒ เรื่องนี้ **คุณเปรมศิริ (ตั้ม) เทพหัสดินฯ เบรดี้** เพื่อน

เก่าเพื่อนแก่ที่คบกันมาเกือบครึ่งศตวรรษ เป็นผู้ประสานงานที่จะหาภาพวาดปกหน้า ส่วนตัวท่านเองนั้น **"ปิดทองหลังพระ"** ด้วยการใช้ภาพวาดของท่านเป็นภาพปกหลังของทั้ง ๒ เรื่อง

จริงๆแล้ว โยมตั้ม ท่านก็ไม่ได้เดือดเนื้อร้อนใจอะไรกับการปิดทองหลังพระหรอก เพราะขนาดท่านปิดทองหลังพระมาหลายภพหลายชาติ ชีวิตชาตินี้ของท่านก็เป็นที่ **"น่าอิจฉา"** สำหรับคนครึ่งค่อนโลกแล้ว เพียงแต่ผู้เขียน ที่คิดเอง เออเองว่า ปี ๒๕๖๐ นี้น่าจะได้ทำอะไรสักอย่างเพื่อเป็นการ **"ตอบแทน"** ท่าน ที่ช่วยทำให้หนังสือทั้ง ๒ เล่มนั้น มีภาพปกทั้งหน้าและหลังที่สวยงามมาก และในฐานะที่ท่านเป็นศิษย์ของท่านอาจารย์ ดร.สุชาติ วงษ์ทอง ศิลปินอาเซียน ผู้เมตตามอบปกหน้าเรื่อง *"เบื่อจะเกิดละยัง?"* ก็น่าจะถึงเวลาแล้วที่ศิษย์ของท่านอาจารย์ดร.สุชาติ จะได้ **"ปิดทองรอบองค์พระ"** ด้วยการเป็นเจ้าของภาพทั้งปกหน้าและปกหลังหนังสือเล่มนี้อย่างเต็มภาคภูมิ เผื่ออานิสงส์นี้จะช่วยดลใจให้โยมตั้มคิดจะย้ายสำมะโนครัวมาเป็นชาวตากกับเขาเสียที เอ....หรือจริงๆ โยมตั้มไปรออยู่ที่จังหวัดตากแล้ว ขณะที่ผู้เขียนยังวนเวียนอยู่ในเมืองลับแล หาทางออกไม่เจอเสียเอง ก็ไม่รู้

ผู้เขียนขออธิษฐานต่อเจ้ากรรมนายเวรว่า หากการที่ได้เขียนหนังสือแจกจ่ายให้กับญาติธรรม รวมทั้งการจัดคอร์ส สนทนาธรรม

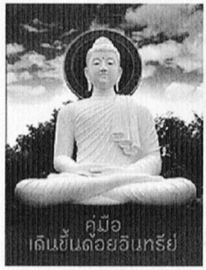
ให้กับผู้ใฝ่ในธรรมทั้งที่สำนักปฏิบัติธรรม KPY ภูปลายฟ้า และนอกสถานที่ โดยไม่เคยรับปัจจัยค่าตอบแทนแต่ประการใดมาตั้งแต่ปี ๒๕๕๒ เรื่อยมา และได้อุทิศส่วนกุศลนี้ให้กับพวกท่านทั้งหลายตลอดมานั้น เป็นการชดใช้เวรกรรมหมดหรือเบาบางลงเต็มทีแล้ว ก็ขอให้อาการที่ทันสมัย (office syndrome) และอาการ **"กล่องเสียงอักเสบ"** ที่เล่นงานผู้เขียนมาปีเศษ จนแทบไม่มีเสียงที่จะสนทนากับผู้ที่มาสนทนาทั้งที่มาเป็นส่วนตัวและมาเข้าคอร์ส

ขออาการเหล่านี้ทุเลาเบาบางลงเถิด ระหว่างที่ยังไม่หมดอายุขัยจะได้ทำหน้าที่สาวกของพระพุทธเจ้าได้ต่อไป เพื่อเป็นการทดแทนพระมหากรุณาธิคุณของพระพุทธองค์ที่**ทรงชี้ทางไว้** และเป็นการทดแทนพระคุณหลวงพ่อทูล ขิปฺปปญฺโญ ที่กรุณาให้ไฟฉายส่องหาพบ**ป้ายชี้ทางนั้น** *จนคิดว่าคลำหาทางออกจากเมืองลับแลได้ และกำลังมุ่งหน้าไปจังหวัดตาก* แต่จะไปถึงก่อนหรือหลังโยมตั้ม*ก็คงไม่มีใครบอกได้*

หนังสือทั้งหมดของผู้เขียน



คู่มือปฏิบัติธรรม
สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมชั้น ป.๑



คู่มือ
เดินขึ้นดอยอินทรีย์



เบื่อจะเกิดละยัง?



สันดอนขุดได้
สันดานก็ขุดได้จริงๆนะ !



รู้งี้ ติดคุกซะนานแล้ว



ธรรมะสำหรับ
ชาว 'แสวงหา' (จ.อ่างทอง)?!?!?



โสดาบันนั้นแค่เอื้อม



อย่าให้เสียชาติเกิดเชียวนะ !!!!!



ธรรมะคือธรรมชาติ



ฆราวาสอย่างเราๆ ปฏิบัติธรรมเพื่ออะไร



ได้คิดก็คิดได้



ถือศีล (แล้วต้อง) กินเจ (ด้วยหรือ)



มาอาบน้ำจิตกันเถอะ



วิธีอยู่กับกิเลส
อย่างมีความสุข



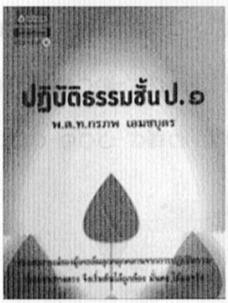
ไม่มีเวลา (หรือไม่คิด)
จะปฏิบัติธรรม



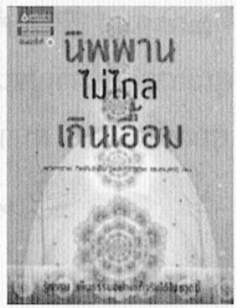
ลด (น้ำหนัก)
ส่วนเกินกันดีมั้ย

ท่านใดที่ประสงค์จะได้เรื่องใด ติดต่อคณะกรรมการตามรายชื่อหน้าถัดไป

แต่ถ้าต้องการเรื่อง "ปฏิบัติธรรมชั้น ป.๑" "นิพพานไม่ไกลเกินเอื้อม" และ "จะเสียอะไรถ้าได้ปฏิบัติธรรม" นั่นต้องไปหาซื้อตามร้านหนังสือหรือติดต่อสำนักพิมพ์อมรินทร์โดยตรง เพราะ ๓ เรื่องนี้ ได้มอบให้สำนักพิมพ์ฯ จัดพิมพ์จำหน่ายไปแล้ว (ในกรณีที่หาซื้อไม่ได้จริงๆ จะติดต่อกับกรรมการฯ ก็ได้)



ปฏิบัติธรรมชั้น ป.๑



นิพพานไม่ไกลเกินเอื้อม



จะเสียอะไรถ้าได้ปฏิบัติธรรม

รายชื่อคณะกรรมการกองทุนหนังสือ

๑.	คุณมัทนพร ศรีอักษร	โทร. ๐๙๕-๖๙๖-๑๑๖๔
๒.	ภ.ก.พงษ์ศิริ อ้อยบำรุง	โทร. ๐๖๒-๔๔๖-๙๙๗๙
๓.	คุณศุทธินี วงศ์วาร	โทร. ๐๙๘-๘๙๒-๖๒๘๗
๔.	คุณกรองแก้ว เล็กประเสริฐ	โทร. ๐๘๑-๖๙๔-๘๓๗๙
๕.	คุณกรกมล คีรีวงศ์	โทร. ๐๘๑-๘๒๕-๙๙๓๐
๖.	คุณถาวรีย์ กาญจนาคาร	โทร. ๐๘๙-๒๐๒-๕๕๘๓
๗.	คุณพริ้มเพรา สุนากร	โทร. ๐๘๙-๐๑๑-๐๐๘๗



ธรรมะสำหรับ ชาว 'แสวงหา' (จ. อ่างทอง) ?!?!?

พระกรภพ กิตติปญฺโญ